

Physical Education - course description

General information	
Course name	Physical Education
Course ID	06.9-WZS-EnP-WF
Faculty	The Branch Faculty of the University of Zielona Góra in Sulechów
Field of study	power engineering
Education profile	practical
Level of studies	First-cycle studies leading to Engineer's degree
Beginning semester	winter term 2018/2019

Course information	
Semester	1
ECTS credits to win	0
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	mgr Grzegorz Fiedorowicz

Classes forms					
The class form	Hours per semester (full-time)	Hours per week (full-time)	Hours per semester (part-time)	Hours per week (part-time)	Form of assignment
Laboratory	30	2	-	-	Credit with grade

Aim of the course

Celem przedmiotu jest wszechstronny i harmonijny rozwój fizyczny, poprawa ogólnej sprawności ruchowej i zdrowotności, poprawa motoryczności. Rozbudzenie zainteresowań różnymi rodzajami aktywności ruchowej. Wykształcenie umiejętności ruchowych zapewniających aktywne uczestnictwo w kulturze fizycznej, doskonalenie w wybranej dziedzinie sportowo-rekreacyjnej, kształtowanie postaw prozdrowotnych, utrwalenie nawyków aktywności rekreacyjnej, sportowej i turystycznej. Doskonalenie w wybranej dziedzinie sportowej lub rekreacyjnej, wyłonienie reprezentantów uczelni na zawody sportowe rangi Akademickich Mistrzostw Województwa Lubuskiego, Akademickich Mistrzostw Polski.

Prerequisites

Brak wymagań.

Scope

Edukacja prozdrowotna poprzez wychowanie fizyczne i sport. Ogólna charakterystyka i podstawowe przepisy wybranych dyscyplin sportowych. Praktyczne umiejętności z zakresu wybranych dyscyplin sportowych: gry sportowe zespołowe i indywidualne(siatkówka, koszykówka, futsal, unihokej, tenis stołowy, badminton), gry i zabawy rekreacyjne (boccia, boule, minigolf, ringo, nordic walking, turystyka rowerowa).

Teaching methods

Ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach, pogadanka, pokaz. Gra szkolna, gra właściwa.

Learning outcomes and methods of theirs verification

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
Student potrafi funkcjonować w grupie z zachowaniem zasad współżycia społecznego oraz odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje i innych; zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niewłaściwego używania sprzętu i urządzeń sportowych	K_K01 K_K03	- activity during the classes - an observation and evaluation of activities during the classes - an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
Student zna wpływ aktywności fizycznej na prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niehigienicznego trybu życia; ma podstawową wiedzę o przepisach i zasadach rozgrywania różnych dyscyplin sportowych	K_K01	a discussion	Laboratory
Student potrafi diagnozować stan swojej sprawności fizycznej; potrafi zastosować różne formy aktywności w zależności od stanu zdrowia, samopoczucia, warunków atmosferycznych	K_U05 K_K03	- a discussion - an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory

Assignment conditions

Podstawą zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach oraz ocena sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych.

Recommended reading

1. Królak A. Tenis dla dzieci, nauczycieli i rodziców. WSiP, Warszawa, 1999.
2. Grządziel G., Kowalski L. *Siatkówka plażowa w szkole*. COS, Warszawa, 2000.
3. Kulczycki R. *Tenis stołowy bez tajemnic*. Gorzów Wlkp., 2002.
4. Uzarowicz J, Zdebska H. Piłka siatkowa- program szkolenia dzieci i młodzieży. Warszawa, 1998.
5. Trześniowski R. *Zabawy i gry ruchowe*. WSip Warszawa, 1995.
6. Vella M. Anatomia w treningu siłowym i fitness. Muza S.A. Warszawa, 2007.
7. Związkowe przepisy sportowe PZPS, PZKosz, PZPN, PZTS.

Further reading

Brak.

Notes

Szczegółowe informacje o zakresie tematycznym, efektach kształcenia, metodach weryfikacji i warunkach zaliczenia w poszczególnych dyscyplinach sportu zawarte są w „Katalogu zajęć dydaktycznych SWFiS Uniwersytetu Zielonogórskiego”

Modified by mgr Grzegorz Fiedorowicz (last modification: 28-12-2018 21:04)

Generated automatically from SyllabUZ computer system