

# Wychowanie fizyczne - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Wychowanie fizyczne
Kod przedmiotu	16.1-WI-INFP-WF
Wydział	<a href="#">Wydział Informatyki, Elektrotechniki i Automatyki</a>
Kierunek	Informatyka
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. inżyniera
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2019/2020

Informacje o przedmiocie	
Semestr	3
Liczba punktów ECTS do zdobycia	0
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	<ul style="list-style-type: none"><li>dr Tomasz Grzybowski</li></ul>

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Ćwiczenia	30	2	-	-	Zaliczenie

## Cel przedmiotu

Rozwijanie zainteresowań związanych ze sportem i rekreacją ruchową. Kształtowanie umiejętności zaspokajania potrzeb związanych z ruchem, sprawnością fizyczną oraz dbałością o własne zdrowie.

## Wymagania wstępne

brak

## Zakres tematyczny

Edukacja prozdrowotna poprzez wychowanie fizyczne i sport. Ogólna charakterystyka i podstawowe przepisy wybranych dyscyplin sportowych. Praktyczne umiejętności z zakresu wybranych dyscyplin sportowych (Katalog dyscyplin sportowych w SWFIS UZ)

## Metody kształcenia

pogadanki, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach

## Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
zna wpływ aktywności fizycznej na prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niehigienicznego trybu życia		<ul style="list-style-type: none"><li>obserwacja i ocena aktywności na zajęciach</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul>
ma podstawową wiedzę o przepisach i zasadach rozgrywania różnych dyscyplin sportowych		<ul style="list-style-type: none"><li>obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul>
potrafi funkcjonować w grupie z zachowaniem zasad współżycia społecznego oraz odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje i innych		<ul style="list-style-type: none"><li>obserwacja zachowań studenta podczas rywalizacji sportowej i w warunkach wymagających współpracy w grupie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul>
potrafi rywalizować z zachowaniem zasad „fair play”, wykazując szacunek dla konkurentów oraz zrozumienie dla różnic w poziomie sprawności fizycznej		<ul style="list-style-type: none"><li>obserwacja zachowań studenta podczas rywalizacji sportowej i w warunkach wymagających współpracy w grupie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul>
potrafi zastosować różne formy aktywności w zależności od stanu zdrowia, samopoczucia, warunków atmosferycznych		<ul style="list-style-type: none"><li>obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul>
docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia		<ul style="list-style-type: none"><li>obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul>

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niewłaściwego używania sprzętu i urządzeń sportowych		<ul style="list-style-type: none"> <li>• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ćwiczenia</li> </ul>
potrafi zdiagnozować stan swojej sprawności fizycznej		<ul style="list-style-type: none"> <li>• test określający poziom rozwoju motorycznego i umiejętności technicznych lub diagnoza stanu zdrowia i sprawności fizycznej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ćwiczenia</li> </ul>

## Warunki zaliczenia

Podstawą zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach oraz ocena sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych przy zastosowaniu standardowych testów określających poziom rozwoju motorycznego i umiejętności technicznych (poziom standardowy sprawności fizycznej) lub znajomości przez studenta metod diagnozy stanu zdrowia i sprawności fizycznej oraz umiejętności zastosowania ćwiczeń fizycznych dla usprawniania dysfunkcji ruchowych, fizjologicznych i morfologicznych za pomocą indywidualnych (w zależności od rodzaju niepełnosprawności) wskaźników funkcji organizmu (obniżony poziom sprawności fizycznej)

## Literatura podstawowa

- Bondarowicz M.: Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. Wydawnictwo Centralny Ośrodek Sportu. Warszawa 2002
- Huciński T., Kisiel E.: Szkolenie dzieci i młodzieży w koszykówce: teoria i praktyka. Wydawnictwo Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 2008
- Karpiński R., Karpińska M.: Pływanie sportowe korekcyjne rekreacyjne. Wydawnictwo AWF Katowice, Katowice 2011
- Kosmol A.: Teoria i praktyka sportu niepełnosprawnych. Wydawnictwo AWF w Warszawie, Warszawa 2008
- Stefaniak T.: Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych. Wydawnictwo BK, Wrocław 2002
- Talaga J.: ABC Młodego piłkarza. Nauczanie techniki. Wydawnictwo ZYSK i S-KA, Poznań 2006
- Uzarowicz J.: Siatkówka. Co jest grane? Wydawnictwo BK, Kraków 2001
- Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010
- Wołyniec J.: Przepisy gier sportowych w zakresie podstawowym. Wydawnictwo BK, Wrocław 2006

## Literatura uzupełniająca

brak

## Uwagi

Szczegółowe informacje o zakresie tematycznym, efektach kształcenia, metodach weryfikacji i warunkach zaliczenia w poszczególnych dyscyplinach sportu zawarte są w „Katalogu dyscyplin sportowych w SWFiS UZ”

Zmodyfikowane przez prof. dr hab. inż. Andrzej Obuchowicz (ostatnia modyfikacja: 18-07-2021 21:26)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ