

Wychowanie fizyczne - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Wychowanie fizyczne
Kod przedmiotu	16.1-WF-FizD-WF-Ć-S15_genDMT0W
Wydział	Wydział Fizyki i Astronomii
Kierunek	Fizyka medyczna
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2020/2021

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
Liczba punktów ECTS do zdobycia	0
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Tomasz Grzybowski

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 na ocenę

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

Ogólna charakterystyka i podstawowe przepisy wybranych dyscyplin sportowych. Praktyczne umiejętności z zakresu wybranych dyscyplin sportowych. Edukacja prozdrowotna poprzez wychowanie fizyczne i sport.

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
Wiedza: student zna wpływ aktywności fizycznej na prawidłowe funkcjonowanie organizmu, zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niehigienicznego trybu życia. Ma podstawową wiedzę o przepisach i zasadach rozgrywania różnych dyscyplin sportowych. Umiejętności: student potrafi zdiagnozować stan swojej sprawności fizycznej. Potrafi zastosować różne formy aktywności w zależności od stanu zdrowia, samopoczucia, warunków atmosferycznych. Student samodzielnie podejmuje różne formy aktywności fizycznej świadomy jej wpływu na funkcjonowanie organizmu. Kompetencje społeczne: student potrafi funkcjonować w grupie z zachowaniem zasad współżycia społecznego, odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje i innych, służąc pomocą mniej sprawnym. Potrafi rywalizować z zachowaniem zasad „fair play”, wykazując szacunek dla konkurentów oraz zrozumienie dla różnic w poziomie sprawności fizycznej. Zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niewłaściwego używania sprzętu i urządzeń sportowych.	- K1A_K01 - K1A_K06	- aktywność w trakcie zajęć - bieżąca kontrola na zajęciach	Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

indywidualna ocena studenta na podstawie jego postępów, zaangażowania i aktywności w zajęciach oraz umiejętności w zakresie wybranych dyscyplin sportowych.

Literatura podstawowa

[1] M. Bondarowicz, *Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych*, Warszawa 2002.

[2] T. Huciński, E. Kisiel, *Szkolenie dzieci i młodzieży w koszykówce*, Warszawa 2008.

[3] R. Karpiński, M. Karpińska, *Pływanie sportowe korekcyjne rekreacyjne*, Katowice 2011.

[4] A. Kosmol, *Teoria i praktyka sportu niepełnosprawnych*, Warszawa 2008.

[5] T. Stefania, *Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych*, Wrocław 2002.

[6] J. Talaga, *ABC Młodego piłkarza. Nauczanie techniki*, Warszawa 2006.

[7] J. Uzarowicz, *Siatkówka. Co jest grane?*, Wrocław 2005.

[8] B. Woynarowska, *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*, Warszawa 2010.

[9] J. Wołyniec, *Przepisy gier sportowych w zakresie podstawowym.*, Wrocław 2006.

Literatura uzupełniająca

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr hab. Jarosław Piskorski, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 25-09-2020 14:18)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ