

Physical Education - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Physical Education
Kod przedmiotu	16.1-WB-OS2P-PF2-S17
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Environmental Protection
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2021/2022

Informacje o przedmiocie	
Semestr	5
Liczba punktów ECTS do zdobycia	0
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	angielski
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

Cel przedmiotu

Development of interests related to sports and recreation movement. Develop skills to meet the needs associated with the movement, physical fitness, and care for their own health.

Wymagania wstępne

-

Zakres tematyczny

Health education through physical education and sport. General characteristics and basic rules of selected sport disciplines. Practical skills in selected sports (enci.1 Catalog sports in SWFiS).

Metody kształcenia

Lectures, practical exercises, group activities

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student is able to work in a group, fulfill different roles in it and help the less physically fit people; can properly use sports equipment and devices, keeping in mind the safety of themselves and others; is able to compete with the principles of "fair play", showing respect for the competitors and understanding for differences in the level of physical fitness	K1A_K01 K1A_K02	observation of the student behaviour in competitive sports and in conditions that require the cooperation in the group	Ćwiczenia
Student knows and can apply the principles of a healthy lifestyle; is aware of how physical exercise can prevent many health problems of modern civilization; Student analyzes the level of his own physical fitness and its impact on the proper functioning of the body; a have extended understanding of the rules and principles of playing different sports	K1A_W64 K1A_U46 K1A_U53 K1A_K27	- an observation and evaluation of the student's activities in the classes; - test determining the level of motor development and technical skills or diagnostic health and physical fitness	Ćwiczenia
Student carries out various forms of physical activity independently and is aware of its impact on the functioning of the body; can adjust forms of own physical activity to improve mobility and to obtain mental relaxation; can properly use sports equipment and devices, keeping in mind the safety of themselves and others	K1A_K10 K1A_K29 K1A_K33	an observation and evaluation of the student's practical skills	Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Assessment of physical fitness and motor skills using standardized tests determining the level of motor development and technical skills (Physical education standard level) or evaluation of the student's knowledge of diagnostic methods for health and physical fitness and the ability to use exercise to improve movement dysfunction, physiological and morphological with the individual (depending on the type of disability) indicators of the body's functions (Physical education low level of physical fitness).

Literatura podstawowa

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

Literatura uzupełniająca

1. Magazines and e-books available at the University Library, digital databases - medical sciences and health sciences <http://www.bu.uz.zgora.pl/>
2. Materiały dydaktyczne na stronie SWFiS UZ <http://ksztalcenie.uz.zgora.pl/html/swfs.php>

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Tomasz Grzybowski (ostatnia modyfikacja: 20-05-2021 08:23)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ