

Physical Education II - course description

General information	
Course name	Physical Education II
Course ID	06.9-WZS-EnP-WfII
Faculty	Faculty of Civil Engineering, Architecture and Environmental Engineering
Field of study	power engineering
Education profile	practical
Level of studies	First-cycle studies leading to Engineer's degree
Beginning semester	winter term 2022/2023

Course information	
Semester	2
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
Class	30	2	-	-	Credit with grade

Aim of the course

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

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 i rekreacyjne - siatkówka, koszykówka, unihokej, tenis stołowy, badminton, boccia.

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		- a discussion - activity during the classes - an observation and evaluation of activities during the classes - an ongoing monitoring during classes	Class
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		- activity during the classes - an observation and evaluation of activities during the classes - an ongoing monitoring during classes	
Student samodzielnie podejmuje różne formy aktywności fizycznej świadomy jej wpływu na funkcjonowanie organizmu		- a discussion - activity during the classes - an observation and evaluation of activities during the classes	

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

Modified by dr inż. Radosław Kasperek (last modification: 30-04-2022 08:16)

Generated automatically from SylabUZ computer system