

# Wychowanie fizyczne - opis przedmiotu

| Informacje ogólne   |                                               |
|---------------------|-----------------------------------------------|
| Nazwa przedmiotu    | Wychowanie fizyczne                           |
| Kod przedmiotu      | 16.1-WX-PR-WF01-Ć-14_pNadGenQYZZS             |
| Wydział             | <a href="#">Wydział Prawa i Administracji</a> |
| Kierunek            | Prawo                                         |
| Profil              | ogólnoakademicki                              |
| Rodzaj studiów      | jednolite magisterskie                        |
| Semestr rozpoczęcia | semestr zimowy 2016/2017                      |

| Informacje o przedmiocie        |             |
|---------------------------------|-------------|
| Semestr                         | 1           |
| Liczba punktów ECTS do zdobycia | 1           |
| Typ przedmiotu                  | obowiązkowy |
| Język nauczania                 | polski      |
| Sylabus opracował               |             |

| 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                                      | 18                                         | 1,2                                       | 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)

## Metody kształcenia

Pogadanki, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach

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

| Opis efektu                                                                                                                                             | Symbole efektów                                                       | Metody weryfikacji                                                                          | Forma zajęć                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Student 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><a href="#">K_K07</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>zaliczenie - ustne, opisowe, testowe i inne</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul> |
| Student ma podstawową wiedzę o przepisach i zasadach rozgrywania różnych dyscyplin sportowych                                                           | <ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">K_U01</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>zaliczenie - ustne, opisowe, testowe i inne</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

## Literatura uzupełniająca

- Bondarowicz M.: Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. Warszawa 2002
- Huciński T., Kisiel E.: Szkolenie dzieci i młodzieży w koszykówce. Warszawa 2008
- Karpiński R., Karpińska M.: Pływanie sportowe korekcyjne rekreacyjne. Katowice 2011
- Kosmol A.: Teoria i praktyka sportu niepełnosprawnych. Warszawa 2008

5. Stefaniak T.: Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych. Wrocław 2002
6. Talaga J.: ABC Młodego piłkarza. Nauczanie techniki. Warszawa 2006
7. Uzarowicz J.: Siatkówka. Co jest grane? Wrocław 2005
8. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki. Warszawa 2010
9. Wołyniec J.: Przepisy gier sportowych w zakresie podstawowym. Wrocław 2006

## Uwagi

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”

Zmodyfikowane przez dr Kajetan Górny (ostatnia modyfikacja: 14-09-2016 15:09)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ