

Physical education I - course description

General information	
Course name	Physical education I
Course ID	16.1-WP-PSChM-WF1-Ć-S14_pNadGen16B63
Faculty	Faculty of Social Sciences
Field of study	Psychology / Psychologia kliniczna
Education profile	academic
Level of studies	Long-cycle studies leading to MS degree
Beginning semester	winter term 2016/2017

Course information	
Semester	2
ECTS credits to win	1
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	- dr Tomasz Grzybowski - mgr Ryszard Wyder

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	18	1,2	Credit

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.

Scope

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).

Teaching methods

Pogadanki, Ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach

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		Obserwacja zachowań studenta podczas rywalizacji sportowej i w warunkach wymagających współpracy w grupie	Class
Student zna wpływ aktywności fizycznej na prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niehigienicznego trybu życia		Dyskusja	Class
Student ma podstawową wiedzę o przepisach i zasadach rozgrywania różnych dyscyplin sportowych		Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Class
Student potrafi zdiagnozować stan swojej sprawności fizycznej		Test określający poziom rozwoju motorycznego i umiejętności technicznych lub diagnoza stanu zdrowia i sprawności fizycznej	Class
Student docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia		Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Class
Student potrafi zastosować różne formy aktywności w zależności od stanu zdrowia, samopoczucia, warunków atmosferycznych		Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Class

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
Student zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niewłaściwego używania sprzętu i urządzeń sportowych		• Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Class
Student potrafi rywalizować z zachowaniem zasad „fair play”, wykazując szacunek dla konkurentów oraz zrozumienie dla różnic w poziomie sprawności fizycznej		• Obserwacja zachowań studenta podczas rywalizacji sportowej i w warunkach wymagających współpracy w grupie	• Class

Assignment conditions

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).

Recommended reading

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

Further reading

Notes

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”

Modified by dr hab. Iwona Grzegorzewska, prof. UZ (last modification: 27-07-2016 13:53)

Generated automatically from SyllabUZ computer system