

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Analiza ruchu				
Course / group of courses:	Motion Analysis				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205884	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Zaliczenie z ocen	1
Razem			60		3
Koordinator:	dr hab. Agnieszka Jankowicz-Szyma ska				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Agnieszka Jankowicz-Szyma ska				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy	WF1_W05	kolokwium
2	rozumie specyfik aktywno ci ruchowej w sensie biologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca	WF1_W16	kolokwium
3	posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych wzorców ruchowych	WF1_U01	wykonanie zadania
4	umiej tnie postuguje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi	WF1_U02	wykonanie zadania

4	zastosowa wła ciw metod badawcz	WF1_U02	wykonanie zadania
5	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała lub sprawno ci fizycznej	WF1_U04	wykonanie zadania
6	prawidłowo identyfikuje nieprawidłowe wzorce ruchowe, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych	WF1_U05	wykonanie zadania
7	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
8	prawidłowo przygotowuje plan oceny i reedukacji podstawowych wzorców ruchowych	WF1_U20	wykonanie zadania
9	prawidłowo dobiera metody oceny wzorców ruchowych w zale no ci od sprawno ci fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propaguj c zasady szlachetnej rywalizacji	WF1_K07	obserwacja zachowa
12	docenia prac i post py poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich pora ek	WF1_K08	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Wykłady, prezentacje power point, filmy edukacyjne, materiały audio, praktyczna analiza postawy i ruchu, pokaz i obja nienie, wiczenia w parach, autoobserwacja, praca w grupach.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Kolokwia cz stkowe realizowane w trakcie semestru, sprawdziany umiej tno ci praktycznych polegaj ce na zaprezentowaniu na współ wicz ym okrelonej techniki lub wiczenia.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z podstawowymi poj ciami dotycz cymi postawy i mechanizmami jej stabilizacji w sytuacjach statycznych i dynamicznych, analiza jako ci postawy ciała i jako ci wykonywanych ruchów. Przedstawienie definicji i obrazu klinicznego urazów narz du ruchu najcz ciej wyst puj cych w sporcie. Zaprezentowanie wybranych metod, których celem jest diagnozowanie dysfunkcji i technik maj cych te dysfunkcje eliminowa . Zapoznanie z filozofi kontroli posturalnej i kinetycznej.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 3

Forma zaj : wykład

Definicja postawy ciała, cechy charakterystyczne postawy prawidłowej, mechanizm stabilizacji biernej i czynnej postawy ciała. Podział mi ni na stabilizatory lokalne oraz globalne jedno- i wielostawowe. Funkcje poszczególnych grup mi niowych, rodzaje skurczów mi niowych, poj cie hamowania recyprknego i kokontrakcji. Poj cie hypermobilno ci i ograniczenia zakresu ruchu. Teoria ta ma anatomicznych („anatomy trains”), przebieg i funkcja ta my powierzchownej przedniej i tylnej oraz ta my spiralnej. Definicje i objawy wybranych rodzajów urazów narz dy ruchu: skr cenia, podwichni cia, zwichni cia, niestabilno ci, stłuczenia, złamania zm czeniowego. Przykłady najcz ciej wyst puj cych, charakterystycznych dla danej dyscypliny sportu, dysfunkcji mechanicznych stawu skokowego,

30

<p>kolanowego, biodrowego, łokciowego, barkowego i nadgarstkowego. Najczęstsze przyczyny dolegliwości bólowych dolnego odcinka kręgosłupa, pojęcie dyskopatii. Algorytm bólu kręgosłupa o tło zapalne i mechaniczne. Wybrane metody stosowane w prewencji i terapii urazów sportowych: Kinetic Control, taping medyczny, metoda Feldenkraisa, energizacja mięśni, rolfing, technika Aleksandra, terapia punktów spustowych, metoda Mulligana, ćwiczenia sensomotoryczne na powierzchniach niestabilnych.</p>	30
--	----

Forma zajęć : **wiczenia laboratoryjne**

<p>(Prowadzone w formie praktycznych zajęć laboratoryjnych) Nauka analizy postawy ciała w pozycji stojącej, w siadzie na podwyższeniu i w ruchu, w czasie wykonywania codziennych czynności: chodzenie, dwugłowanie, wstawanie, siłownia itp. („body reading”). Obserwacja zależności pomiędzy antagonistycznymi i agonistycznymi grupami mięśniowymi, analiza „tamingu”, czyli kolejności włączania się poszczególnych mięśni do pracy. Nauka rozpoznawania cech niestabilności i restrykcji. Zapoznanie z wybranymi testami funkcjonalnymi służącymi ocenie jakości ruchu i postawy (np. test sekwencjonowania, orientacyjna ocena ruchomości kręgosłupa, zmodyfikowany test Thomasa itd.) oraz elementarnymi testami klinicznymi pomocnymi w diagnozowaniu urazów narządu ruchu (testy oceniające stabilność więzadeł stawu kolanowego, testy łokciowe, wykrywanie zablokowania stawów krzyżobiodrowych, testy stawu biodrowego, diagnozowanie zespołu ścięgna nadgarstka, łokcia tenisisty, dysfunkcji stawu barkowo-obojczykowego i stożka rotatorów). Pokaz i ćwiczenia praktyczne elementów tapingu medycznego, metody Kinetic Control, metody Feldenkraisa i innych metod omawianych na wykładach.</p>	30
--	----

Literatura

Podstawowa

Buckup K. , Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni, PZWL, W-a 1995

Chaitow L. , Techniki energii mięśniowej, Urban&Partner, Wrocław 2011

Hadała M. , Stabilizacja centrum jako priorytet w rehabilitacji sportowca 2012

Hadała M. , Funkcjonalny trening stabilizacji w dysfunkcji ruchu, Praktyczna Fizjoterapia i Rehabilitacja 2012

Jorritsma W. , Anatomia narządu ruchu człowieka, Urban&Partner, Wrocław 2004

McRae R. , Kliniczne badanie ortopedyczne, Wydawnictwo Medyczne Urban&Partner, Wrocław 2004

Meyers T., Tablice anatomiczne, DB Publishing, W-a 2010

Uzupełniająca

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	60
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w szczególnych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	10
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	9
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	61	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Anatomia				
Course / group of courses:	Anatomy				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205933	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	7	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1, 2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			90		7
Koordinator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak, mgr Eliza Smoła				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski, semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy organizmu człowieka oraz poszczególnych narz dów	WF1_W05	kolokwium
2	umiej tnie postuguje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała	WF1_U02	wykonanie zadania

3	wła ciwie interpretuje dane liczbowe	WF1_U04	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	wła ciwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład informacyjny z prezentacją multimedialną, pogadanka, objaśnienie prezentacja filmu
praca w grupach w oparciu o modele, fantomy, plansze, atlasy anatomiczne, praca z podręcznikiem, tekstem samokształcenie)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Kolokwia pisemne po każdej opracowanej części materiału s podstaw do u rednionej oceny z zaliczenia każdego semestru. Ocena aktywności i pracy na wiczeniach, wykonania zadań. Samoocena.

Treści programowe (opis skrócony)

Tematyka obejmuje podstawowe wiadomości z zakresu:
-prawidłowej budowy biernego układu ruchu z uwzględnieniem elementów kostnych wykorzystywanych do oceny postawy ciała, połączeń stawowych i ich ruchomości, znajomości osi i płaszczyzn ruchu
-budowy czynnego układu ruchu
-ogólnej budowy, położenia i znaczenia narządów wewnętrznych oraz układu naczyniowego
-ogólnej budowy centralnego układu nerwowego, położenia głównych ośrodków nerwowych i ich znaczenia dla prawidłowego funkcjonowania organizmu ludzkiego.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć : **wykład**

Wprowadzenie do przedmiotu. Budowa tkanki kostnej i jej właściwości. Topografia szkieletu. Rodzaje kości i ich połączenia. Osie i płaszczyzny ruchu. Budowa kręgosłupa, połączenia kostno –stawowe i ich możliwości ruchowe. Ogólna budowa czaszki, jej funkcje i połączenia z kręgosłupem. Budowa i funkcje klatki piersiowej. Połączenia łożebne z mostkiem i z kręgosłupem. Rodzaje torów oddechowych. Budowa pasa barkowego i jego możliwości ruchowe. Budowa i funkcje kości czyny górnej. Budowa obręczy biodrowej. Budowa i znaczenie kości czyny dolnej. Wiadomości wstępne z układu mięśniowego jako czynnego układu ruchu: rodzaje tkanek mięśniowych, budowa mięśni szkieletowego i jego właściwości, rodzaje mięśni somatycznych i ich położenie w zależności od przynależnych im funkcji, urządzenia pomocnicze mięśni. Mięśnie powierzchowne i głębokie grzbietu. Mięśnie karku i szyi. Lokalizacja i działanie mięśni klatki piersiowej i brzucha. Mięśnie obręczy barkowej i kości czyny górnej. Mięśnie obręczy miednicznej i kości czyny dolnej – działanie.

15

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Układ kostny. Budowa kostna kręgosłupa, połączenia stawowe i możliwości ruchowe w jego poszczególnych odcinkach, krzywizny kręgosłupa i ich znaczenie. Konstrukcja kostna, połączenia i funkcje klatki piersiowej. Ocena ruchomości opisywanych stawów z wykorzystaniem modeli, atlasów, plansz. Budowa pasa barkowego i kości czyny górnej. Połączenia stawowe oraz możliwości ruchowe. Znaczenie kości czyny górnej. Budowa obręczy miednicznej i kości czyny dolnej - budowa dużych stawów. Konstrukcja stopy i jej znaczenie. Wybrane mięśnie grzbietu i karku, ich położenie oraz znaczenie w utrzymaniu głowy i pionowej postawy ciała. Wybrane mięśnie klatki piersiowej i brzucha, ich położenie i funkcje w procesach

30

oddechania i pionizacji postawy. Pojęcie tłoczni brzusznej. Wybrane mięśnie obręczy miednicznej i kołczy dolnej - działanie na dół stawu. Znaczenie mięśni w prawidłowym ustawieniu stopy. Wybrane mięśnie pasa barkowego i kołczy górnej, ich rola w chwytnej funkcji ręki. Zaliczenie biernego i czynnego układu ruchu.	30
Semestr: 2	
Forma zajęć : wykład	
Narządy trzewne. Ogólna charakterystyka układów: pokarmowego, oddechowego i wydalniczego. Ogólna budowa i znaczenie w trocy, trzustki oraz nerek. Lokalizacja, budowa i funkcja serca. Zarys budowy układu krwionośnego i limfatycznego. Ogólna budowa śledziony i dużych skupisk tkanki limfatycznej. Gruczoły dokrewne i ich rola w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu. Podział układu nerwowego i budowa tkanki nerwowej. Ogólna budowa ośrodkowego układu nerwowego. Budowa układu nerwowego obwodowego i zakres jego unerwienia. Budowa nerwu, rodzaje włókien nerwowych. Schemat budowy układu autonomicznego. Ogólna budowa narządów zmysłów.	15
Forma zajęć : wiczenia praktyczne	
Ogólna budowa i znaczenie układu pokarmowego, procesy wydzielania i wchłaniania zachodzące w tym układzie. Ogólna budowa i funkcja układu oddechowego. Wymiana gazowa. Ogólna budowa układu moczowego. Ogólna budowa i znaczenie narządów rozrodczych żeńskich i męskich. Budowa i działanie serca. Długość obiegu krwi i znaczenie kręgosłupa wrotnego oraz układu limfatycznego. Położenie i ogólna budowa rdzenia kręgowego. Łuki odruchowe. Ogólna budowa mózgowia. Rodzaje dróg nerwowych i ich znaczenie. Obszary ciała unerwiane przez obwodowy układ nerwowy. Podstawowe informacje o nerwach czaszkowych, nerwach rdzeniowych i splotach. Ogólna charakterystyka i działanie autonomicznego układu nerwowego (współczulnego i przywspółczulnego).	30
Literatura	
Podstawowa	
Ignasiak Z. , Anatomia układu ruchu, Anatomia narządów wewnętrznych, Wyd. Urban & Partner, Wrocław 2013	
Sobotta J. , Atlas anatomii człowieka" t. I - II, Wydawnictwo Urban & Partner, Wrocław 1994	
Sokołowski B., Błyszczuk J. , Zarys anatomii człowieka" cz. I - IV, Wydawnictwo Skryptowe nr 135 AWF, Kraków 1996	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporządowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	90
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	1
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ciel określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	40
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	40
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	38
Inne	0
Sumaryczne obciążenie prac studenta	210
Liczba punktów ECTS	
Liczba punktów ECTS	7

Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	92	3,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	102	3,4

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Antropologia				
Course / group of courses:	Anthropology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205959	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			45		4
Koordinator:	prof. dr hab. Ryszard arów				
Prowadz cy zaj cia:	prof. dr hab. Ryszard arów				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowa znajomo układu kostnego człowieka			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie podstawy filozofii wychowania i aksjologii pedagogicznej, specyfik głównych rodowisk wychowawczych i procesów w nich zachodz cych	1.1.01	kolokwium
2	zna i rozumie klasyczne i współczesne teorie rozwoju człowieka, wychowania, uczenia si i nauczania lub kształcenia oraz ich warto ci aplikacyjne;	1.1.02	kolokwium
3	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologii wysiłku fizycznego	WF1_W05	kolokwium

4	umiejętnie posługuje się podstawowymi sposobami oceny budowy i postawy ciała oraz sprawności motorycznej. Potrafi zastosować właściwe metody badawcze	WF1_U02	wykonanie zadania
5	właściwie interpretuje dane liczbowe będące wynikami oceny postawy ciała lub sprawności fizycznej lub efektów treningu sportowego	WF1_U04	wykonanie zadania
6	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle	WF1_U07	wykonanie zadania
7	właściwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobrać i przeprowadzić odpowiednie ćwiczenia służące jej skorygowaniu	WF1_U11	wykonanie zadania
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład, prezentacje Power Point, pokaz praktyczny, ćwiczenia praktyczne w dwójkach, trójkach, filmy edukacyjne.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Kolokwia pisemne, ocena praktycznych umiejętności przeprowadzania pomiarów antropometrycznych i określenia proporcji ciała człowieka oraz oceny przebiegu prawidłowego wzrastania. Praktyczne korzystanie z norm rozwojowych i metod oceny wieku rozwojowego.

Treści programowe (opis skrócony)

Główne działy antropologii. Składowe procesy rozwojowe. Czynniki rozwoju biologicznego człowieka i ich klasyfikacja. Etapy /okresy/ rozwoju osobniczego człowieka. Antropometria jako podstawowa metoda stosowana w badaniach rozwoju biologicznego człowieka. Wiek rozwojowy i kryteria /metody/ jego oceny. Normy rozwojowe jako biologiczne układy odniesienia.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 3

Forma zajęć : wykład

Antropologia jako nauka, definicje antropologii. Główne działy (obszary zainteresowania) antropologii. Antropologia sportowa, główne zagadnienia i tematyka badań. Rozwój biologiczny człowieka a auksologia. Definicje rozwoju, pojęcie ontogenezy. Ocena wzrastania i rozwoju morfologicznego dzieci i młodzieży. Składowe procesy rozwojowe: wzrastanie /rozrost/, różnicowanie, dojrzewanie, poziom, tempo, rytm /rytmiczność/ rozwoju, kinetyka i dynamika rozwoju. Rozwój jako funkcja czynników genetycznych, środowiskowych i czasu. Teoria limitowanego ukierunkowania rozwoju – teoretyczne wzorce rozwoju biologicznego człowieka. Wielopoziomowy rozwój fenotypowy osobnika w ontogenezie - modele rozwoju. Zmienne miary dziosobnicze, norma reakcji, norma adaptacyjna. Czynniki rozwoju biologicznego człowieka, ich klasyfikacja. Czynniki endogenne. Dymorfizm płciowy. Czynniki egzogenne. Różnicowanie geograficzne i wpływ klimatu oraz wysokość nad poziomem morza na wymiary i procesy rozwojowe. Sezonowa rytmika wzrastania. Oddziaływanie czynników społeczno-ekonomicznych na wielkość ciała i tempo dojrzewania. Trendy sekularne /tendencja przemian/ i akceleracja rozwoju, przykłady cech, przyczyny zmian. Etapy (okresy) rozwoju osobniczego człowieka – kryteria podziału. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresów rozwoju osobniczego człowieka. Wiek rozwojowy (biologiczny). Kryteria (metody) oceny wieku rozwojowego. Normy rozwoju fizycznego jako biologiczne układy odniesienia. Statystyczne zakresy norm.

15

Forma zajęć : ćwiczenia praktyczne

Antropometria jako podstawowa metoda stosowana w badaniach rozwoju biologicznego człowieka. Punkty antropometryczne. Cefalometria i somatometria. Przyrządy antropometryczne. Technika przeprowadzania

30

pomiarów. Praktyczne wykonywanie pomiarów antropometrycznych. Wskaźniki ilorazowe (antropologiczne), przykłady wskaźników długości ciowych, szerokości ciowych i ogólnej budowy ciała. Powierzchnia ciała. Kierunek i tempo zmian wybranych proporcji ciała u chłopców i dziewcząt. Kształtowanie się wysokości i masy ciała u chłopców i dziewcząt od urodzenia do zakończenia procesu wzrastania na podstawie danych arytmetycznych i wielkości przyrostów rocznych. Etapy (okresy) rozwoju osobniczego człowieka – kryteria podziału. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresów rozwoju osobniczego człowieka: okres noworodka, niemowlęcy, wczesnego dzieciństwa („niezróżnicowanego płciowo”). Podstawowe reguły rozwoju motorycznego. Skala Apgar. Odruchy bezwarunkowe noworodka. Wiek płodowy, urodzeniowa długość i masa ciała, zakresy zmienności. Przeciwnie dalsze trwanie życia w Polsce w ostatnich latach. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresu starszego dzieciństwa („zróżnicowanego płciowo”) – faza prepubertalna, pubertalna, Dojrzewanie płciowe dziewcząt i chłopców. Typowa kolejność (sekwencja zmian) objawów dojrzewania oraz przeciwny wiek ich wystąpienia. Skok pokwitaniowy cech morfologicznych. Wiek oraz wielkość skoku pokwitaniowego a tempo rozwoju. Regulacja hormonalna okresu pokwitania. Przebieg i mechanizmy regulacyjne cyklu płciowego kobiety. Wiek wystąpienia menarche w Polsce. Okres młodości czy. Pojęcie wieku rozwojowego (biologicznego). Kryteria (metody) oceny wieku rozwojowego, wiek szkieletowy (kostny) - główne etapy kostnienia kości długich, wiek zębowy, wiek dojrzałości płciowej - skala Tannera, wiek morfologiczny. Czas stosowania poszczególnych metod oceny wieku rozwojowego. Pojęcie norm rozwojowych. Norma jako biologiczny układ odniesienia. Statystyczne zakresy norm. Siatki centylowe, pozycje centylowe. Rodzaje norm rozwojowych. Aktualność norm. Znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego.

30

Literatura
Podstawowa
B. Woynarowska, A. Kowalska, Z. Izdebski, K. Komosińska, Biomedyczne podstawy kształcenia i wychowania, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012
Charzewski J. i in., Antropologia, Warszawa 1999
Kaczmarek M., Wolański N., Rozwój biologiczny człowieka od początku do śmierci, Wydawnictwo Naukowe PWN 2018
Łaska-Mierzejewska T., Antropologia w wychowaniu fizycznym i sporcie, Warszawa 1999
Pod red. A. Malinowskiego i J. Strzałko., Antropologia, PWN Warszawa-Poznań, 1989
Pod red. S. Gołba i M. Chrzanowskiej., Przewodnik do wicze z antropologii. Podręczniki i skrypty nr 2, AWF Kraków 2014
Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporzdkowanie zaję /grup zaję do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	45
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	1
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w cielnych okresach, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zaję	25
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	25
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	23
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	47	1,6
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	80	2,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Antropomotoryka				
Course / group of courses:	Anthropomotorics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205966	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	5		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			45		2
Koordynator:	dr Marcin Krawczyk				
Prowadz cy zaj cia:	dr Marcin Krawczyk				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawy anatomii, antropologii, biochemii, fizjologii, psychologii ogólnej i rozwojowej			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	posiada zaawansowan wiedz i zna istotn terminologi zwi zan z psychofizycznym rozwojem człowieka;	WF1_W03	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi wysiłku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium
3	umiej tnie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wła ciwe narz dzie pomiarowe;	WF1_U02	wykonanie zadania

4	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny budowy ciała, sprawno ci fizycznej lub efektów treningu sportowego	WF1_U04	wykonanie zadania
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy w oparciu o wiedz plyn c z Antropomotoryki i potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(wykład, prezentacja multimedialna, pokaz, działanie praktyczne indywidualne i grupowe, pomiary i wyniki oraz ich agregacja)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Frekwencja, zaliczenia cz stkowe z kolokwiów oceniaj cych poziom wiedzy, praktyczne zaliczenie ró nych form pomiaru asocjatywnego, zło enia indywidualnej karty bada , prezentacja multimedialne z wybranego zakresu teorii motoryczno ci. Egzamin

Tre ci programowe (opis skrócony)

Systematyka i struktura motoryczno ci ludzkiej. Uwarunkowania genetyczne, rodowiskowe i morfologiczne wewn trznego i zewn trznego obszaru działania ruchowego człowieka. Nauczanie czynno ci ruchowych. Metody pomiaru i oceny sprawno ci motorycznej. Pomiar i ocena sprawno ci motorycznej. Interpretacja wyników bada sprawno ci motorycznej

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zaj : **wykład**

Wykłady:

1. Miejsce antropomotoryki w systemie nauk. Przedmiot, cele i zadania antropomotoryki.
2. Czynniki rozwoju fizycznego i motorycznego człowieka.
3. Ewolucja motoryczno ci w filogenezie.
4. Systematyka czynno ci ruchowych.
5. Struktura motoryczno ci ludzkiej - poj cie sprawno ci fizycznej.
6. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci siłowych.
7. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci szybko ciowych.
8. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci wytrzymało ciowych.
9. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci koordynacyjnych. Sterowanie i kontrola czynno ci ruchowych.
10. Genetyczne uwarunkowania zdolno ci motorycznych.
11. Odziedziczalno i wytrenowalno zdolno ci motorycznych.
12. rodowiskowe uwarunkowania zdolno ci motorycznych.
13. Somatyczne uwarunkowania zdolno ci motorycznych.
14. Podstawy statystyki.
15. Zagadnienia egzaminacyjne.

15

Forma zaj : **wiczenia laboratoryjne**

wiczenia: 1. Teoria motoryczno ci w uj ciu historycznym. 2. Analiza motoryczno ci okresu noworodka. Pomiar B-v. 3. Analiza motoryczno ci okresu niemowl cego. Pomiar masy ciała. 4. Analiza motoryczno ci okresu wczesnodzieci cego. Pomiar B-a, B-da, B-sst, B-sy 5. Analiza motoryczno ci okresu pó nodzieci cego. Pomiar fałdów skórno-tłuszczowych. 6. Analiza motoryczno ci okresu młodzie czego i dorosłego. Pomiar siły statycznej. 7. Analiza motoryczno ci okresu dojrzało ci i staro ci. Pomiar skoku w dal. 8. Kolokwium nr 1. Strona potencjalna motoryczno ci – predyspozycje strukturalne, energetyczne, informacyjne. 9. Ocena i analiza zdolno ci siłowych i szybko ciowych. Pomiar szybko ci ruchu. 10. Ocena i analiza zdolno ci wytrzymało ciowych i gibko ci. Pomiar wytrzymało ci. 11. Ocena i analiza zdolno ci zdolno ci koordynacyjnych. Sterowanie i kontrola czynno ci ruchowych. Pomiar równowagi. 12. Ocena i analiza umiej tno ci elementarnych i specjalnych. Pomiar szybko ci reagowania. 13. Kryteria pomiaru, testy, cechy – zmienne. Analiza wybranych testów. Relatywizacja pomiarów. 14. Kolokwium nr 2. 15. Zagadnienia egzaminacyjne.	30
--	----

Literatura

Podstawowa

Osi ski W. , Antropomotoryka. Seria Podr czniki, AWF, Pozna 2003

Raczek J. , Antropomotoryka. Teoria motoryczno ci człowieka w zarysie., PZWL,, Warszawa 2010

Szopa J., Mleczko E., ak S. , Podstawy antropomotoryki, PWN, Kraków 1996

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	45	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	5	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	5	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	3	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	47	1,6

Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpieczeństwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Bezpieczeństwo państwa				
Course / group of courses:	National Security				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205847	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :		obowiązkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Egzamin	1
Razem			60		3
Koordynator:	magister Tomasz Brzoza				
Prowadzący zajęcia:	mgr Tomasz Brzoza				
Język wykładowy:	semestr: 3 - język polski				

Objaśnienia:

Rodzaj zaj : obowiązkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zajęcia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zajęcia seminaryjne, ZT - zajęcia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wstępne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia się			
Lp.	Student, który zaliczył zajęcia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia się
1	dysponuje podstawową wiedzą z zakresu użytecznych wartości kultury fizycznej i sprawnie ci fizycznej oraz możliwości zastosowania ich w praktyce obronnej, a w tym teorii i zasad strzelania	WF1_W17	kolokwium
2	posiada wiedzę na temat współczesnych zagrożeń i rozumie jak reagować na nie z wykorzystaniem poznanych teorii funkcjonowania człowieka	WF1_W18	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle	WF1_U07	wykonanie zadania

4	prawidłowo prezentuje rolę instytucji państwowych i społecznych dla potrzeb bezpieczeństwa, umie rozpoznawa zagrożenia	WF1_U25	wykonanie zadania
5	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(Metody podaje: opis, wykład informacyjny, prezentacja multimedialna Metody problemowe: wykład problemowy, formy aktywizujące, dyskusja Metody praktyczne: przygotowanie prezentacji ustnej/multimedialnej)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Zaliczenie modułu odbywa się na podstawie: Egzaminu obejmującego całość treści merytorycznych modułu, w tym: treści przekazywanych podczas wykładu, wiedzy jaką studenci uzyskują w trakcie samodzielnego studiowania literatury przedmiotu. Warunkiem niezbędnym do przystąpienia do egzaminu jest uzyskanie zaliczenia wicze. Udziału w dyskusji i aktywności podczas wicze przedmiotowych. Wykonania zadań podczas zajęć warsztatowych, praca w grupach (przygotowania prezentacji multimedialnej).			
Treści programowe (opis skrócony)			
Zasadniczym celem kursu jest zaznajomienie studentów z prawnymi, instytucjonalnymi oraz politycznymi wymiarami bezpieczeństwa państwowego. Moduł obejmuje zagadnienia związane z istnieniem strategii bezpieczeństwa Rzeczypospolitej Polskiej, organami państwa realizującymi zadania z zakresu bezpieczeństwa publicznego jak również formy prawne działań państwa w sferze bezpieczeństwa. Kurs ma na celu także przybliżenie aspektu ekonomicznego, finansowego i ekologicznego bezpieczeństwa narodowego RP. W jego trakcie studenci poznają prawno-ustrojowe aspekty bezpieczeństwa na szczeblu samorządowym jak również zadania i uprawnienia organów lokalnych odpowiedzialnych za bezpieczeństwo publiczne.			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zajęć : wykład			
Bezpieczeństwo państwa – wprowadzenie, podstawowe pojęcia. Bezpieczeństwo publiczne jako zadanie państwa. Ogólne zagrożenia bezpieczeństwa państwa w ujęciu syntetycznym (bezpieczeństwo energetyczne, finansowe, ekologiczne, cyberbezpieczeństwo).			30
Forma zajęć : wiczenia audytoryjne			
Strategia bezpieczeństwa państwa - ewolucja po 1989 roku. Konstytucyjne organy państwa i ich miejsce w systemie bezpieczeństwa – Prezydent, Sejm, Rada Ministrów. Siły Zbrojne RP. Służby specjalne (ABW, AW, SKW, AWW, CBA). Służby o charakterze policyjnym i porządkowym (Policja, Gwardia Wojskowa, Straż Graniczna, Służba Celna, prywatyzacja sektora bezpieczeństwa). Rola samorządu terytorialnego w ekosystemie bezpieczeństwa państwa. Zarządzanie kryzysowe jako element bezpieczeństwa państwa.			30
Literatura			
Podstawowa			
Czuryk M., Karpiuk M., Dunaj K., Prokop K., Bezpieczeństwo państwa. Zagadnienia prawne i administracyjne, Wydział Prawa i Administracji UW-M, Olsztyn 2016			
Jakubczak R., Flis J. (red.), Bezpieczeństwo narodowe Polski w XXI wieku. Wyzwania i strategie, Bellona, Warszawa 2006			

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej		nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS			
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)		Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach		60	
Konsultacje z prowadz cym		1	
Udział w egzaminie		1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)		0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj		9	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu		13	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.		6	
Inne		0	
Sumaryczne obci enie prac studenta		90	
Liczba punktów ECTS			
Liczba punktów ECTS		3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego		L. godzin	ECTS
		62	2,1
Zaj cia o charakterze praktycznym		L. godzin	ECTS
		10	0,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Biochemia				
Course / group of courses:	Biochemistry				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205948	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	1	Semestr:		2	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			45		4
Koordinator:	magister Monika Olchawa-Pajor				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Dariusz Latowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy oraz funkcji najwa niejszych zwi zków organicznych i nieorganicznych wyst puj cych w organizmie oraz rozumie procesy biochemiczne zachodz ce w ciele zdrowego człowieka	WF1_W05	kolokwium, egzamin
2	prawidłowo interpretuje wyniki przeprowadzonych eksperymentów i obserwacji z zakresu biochemii	WF1_U07	wypowied ustna
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	samoocena
Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)			

(Wykład: Wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji (PP), wykład konwersatoryjny;), metody praktyczne (wyczenia laboratoryjne: wyczenia laboratoryjne, obja nienie)	
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si	
wiedza: egzamin (egzamin pisemny w formie testu jednokrotnego wyboru lub testu wyboru Tak/Nie;) ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
umiej tno ci: ocena wypowiedzi ustnej (ocena interpretacji wyników przeprowadzonych eksperymentów)	
kompetencje społeczne: samoocena (ocena własnych umiej tno ci lub kompetencji dokonana przez studenta)	
Warunki zaliczenia	
Wykłady: Test jednokrotnego wyboru sprawdzaj cy wiedz po odbyciu wykładów i samokształcenia. Kryteria ocen s zgodne z Regulaminem Studiów PWSZ w Tarnowie Zasady dopuszczenia do zaliczenia wykładów-zaliczenie zaj laboratoryjnych. wyczenia laboratoryjne: Studenci s oceniani na bie co na podstawie: obecno ci i aktywno ci na zaj ciach (100% frekwencji), wykazania si wiedz w zakresie materiału okre lonego w zagadnieniach przez koordynatora przedmiotu-weryfikowanej przez pisemne kolokwia, umiej tno ci interpretacji wyników przeprowadzonych eksperymentów.	
Tre ci programowe (opis skrócony)	
Przedstawienie roli składników od ywczych w przebiegu treningu i wysiłku fizycznego sportowca w poł czeniu z najwa niejszymi przemianami metabolicznymi. Podstawowe ró dła energii w pracy komórek mi niowych w ró nych typach treningu. Wykorzystanie parametrów biochemicznych w diagnozowaniu zmian powysiłkowych.	
Content of the study programme (short version)	
Tre ci programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zaj : wykład	
Najwa niejsze składniki chemiczne organizmu człowieka (makro- i mikroelementy, zwi zki organiczne i ich rola w funkcjonowaniu organizmu. Znaczenie najwa niejszych zwi zków biochemicznych w przemianach energetycznych organizmu podczas treningu i wysiłku fizycznego. Hemoglobina i mioglobina. Enzymy, jako biokatalizatory. Wolne rodniki, mechanizmy ich powstawania i inaktywacji. Wpływ czynników toksycznych na efektywno wysiłku fizycznego. Przemiany glukozy (glikoliza, glukoneogeneza, glikogenoliza, glikogenogeneza) i ich rola w gospodarce energetycznej komórki mi niowej. Biochemiczny mechanizm powstawania zakwasów. Rola białek w kształtowaniu masy mi niowej. Mechanizmy zapobiegania rozkładowi białek mi niowych w czasie wysiłku fizycznego. Wysilek fizyczny a odchudzanie (biochemiczny mechanizm tyrcia i utraty tkanki tłuszczowej w czasie wysiłku fizycznego). Przemiany beztlenowe i tlenowe, jako ró dło energii w wysiłku fizycznym. Wykorzystanie parametrów biochemicznych (poziom mocznika, kwasu mlekowego we krwi) w diagnozowaniu zmian powysiłkowych. Biochemiczne mechanizmy doboru intensywno ci treningu.	15
Forma zaj : wyczenia laboratoryjne	
Struktura i wla ciwo ci najwa niejszych grup zwi zków chemicznych (kwasy organiczne i nieorganiczne, zasady, sole). Podstawowe poj cia chemiczna (kwas, kwasowo , pH, jon oksoniowy, równowaga kwasowo-zasadowa, bufor). Budowa i funkcja biologiczna aminokwasów, peptydów i białek (aminokwasy, jako składniki budulcowe peptydów i białek, aminokwasy rozgał zione, jako ró dło energii, denaturacja, niekorzystny wpływ etanolu na efektywno wysiłku fizycznego, białka pełno- i niepełnowarto ciowe, aminokwasy i białka jako składniki od ywek, BCAA, izolat serwatkowy itp.). Budowa i funkcja cukrowców jako składników energetycznych organizmu (rola glukozy i glikogenu w organizmie, skrobia, jako ró dło glukozy, indeks glikemiczny, zawarto cukrowców w wybranych produktach spo ywczych). Podział, wla ciwo ci i znaczenie biologiczne lipidów. Integracja najwa niejszych szlaków metabolicznych i ich znaczenie w gospodarce energetycznej komórki mi niowej.	30
Literatura	
Podstawowa	
Pawlak M., Podgórski T. , Biochemia... : czytasz i rozumiesz, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego, Pozna 2016	

Tymoczko J.L., Berg J.M., Stryer L., Biochemia : krótki kurs, PWN, Warszawa 2013

Uzupełniaj ca

Borkowski J. , Bioenergetyka i biochemia tlenowego wysiłku fizycznego, Wydawnictwo AWF we Wrocławiu, Wrocław 2009

Hames B.D., Hooper N.M. , Biochemia, Wydawnictwo PWN, Warszawa 2012

Dane jako ciowe

Przyprorz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	45	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	30	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	18	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	47	1,6
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	70	2,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Biomechanika				
Course / group of courses:	Biomechanics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205977	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	LO	30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			45		2
Koordynator:	dr Andrzej Nosiadek				
Prowadz cy zaj cia:	dr Andrzej Nosiadek				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytorjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo anatomii układu ruchu człowieka			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologii wysiłku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium
2	umiej tnie postępuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz	WF1_U02	wykonanie zadania
3	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami przeprowadzonych pomiarów z wykorzystaniem sprz tu pomiarowego i oprogramowania komputerowego	WF1_U04	wykonanie zadania

4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle	WF1_U07	wykonanie zadania
5	Przygotowuje metodologię pomiarów badań i potrafi zrealizować go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
6	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Pokaz i objaśnienie, prezentacja pomiarów z wykorzystaniem środków audiowizualnych, ćwiczenia, ćwiczenia symulacyjne, metoda sytuacyjna.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Sprawozdania z zajęć (prace wykonywane indywidualnie z poszczególnych tematów na zaliczenie).
Kolokwium

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie ze sposobami analizy biernego i czynnego układu ruchu człowieka, wykorzystanie metod pomiarowych oraz wideo rejestracji do analizy kinematyki ruchu człowieka.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zajęć: **wykład**

Parametry biomechaniczne mięśni, stawów i łańcuchów ruchowych. Składowe obciążenie treningu: praca, moc i czas przerw odpoczynkowych a metody treningu.

Statyczne i dynamiczne formy ruchu, ich kryteria. Rodzaje ciękości i ich przemieszczenia na lądzie, w wodzie i w powietrzu. Pomiar siły reakcji oraz pracy i mocy podczas ruchu.

Topografia momentów sił mięśniowych oraz proces ich treningu. Zasady i specyfika pomiarów parametrów biomechanicznych człowieka.

15

Forma zajęć: **wiczenia laboratoryjne**

Spadanie ciał w próżni i w powietrzu. Zmiany prędkości przy działaniu zmiennych w czasie układów sił. Prędkość graniczna podczas spadania w powietrzu i jej dzieje na nartach. Wykresy prędkości ruchu. Reakcja podłoża a rodzaj nawierzchni. Opór powietrza, siła nośna. Tarcie w ruchach człowieka. Współczynnik tarcia. Tarcie podczas jazdy na nartach i w ruchach lokomocyjnych. Wpływ siły ciężkości na ruch - równia pochyła. Badanie warunków pracy, przystosowanie środowiska pracy do właściwości fizycznych i psychicznych człowieka. Optymalizacja warunków wykonywania pracy.

30

Literatura

Podstawowa

Bober T., Zawadzki J., Biomechanika układu ruchu człowieka, Wydawnictwo BK, Wrocław 2001

Fidelus K., Zarys biomechaniki ćwiczeń fizycznych, AWF, Warszawa 1977

Morecki A., Ekiel J., Fidelus K., Bionika ruchu, PWN, Warszawa 1971

Nałęcz M., L. Filipczyński, W. Torbic. (red.), Biopomiary t.2. Problemy biocybernetyki i inżynierii biomedycznej, WKiL, Warszawa 1990

Nałęcz M., L. Filipczyński, W. Torbic. (red.), Biomechanika t.5. Problemy biocybernetyki i inżynierii biomedycznej, WKiL, Warszawa 1990

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	45	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	5	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	5	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	3	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	47	1,6
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	wiczenia kompensacyjno-korekcyjne				
Course / group of courses:	Corrective and Compensatory Exercises				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205951	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordinator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zagadnienie edukacji wł czaj cej, a tak e sposoby realizacji zasady inkluzji;	1.1.05	kolokwium
2	zna i rozumie zró nicowanie potrzeb edukacyjnych uczniów i wynikaj ce z nich zadania szkoły dotycz ce dostosowania organizacji procesu kształcenia i wychowania;	1.1.06	kolokwium
3	zna i rozumie sposoby projektowania i prowadzenia działań diagnostycznych w praktyce pedagogicznej;	1.1.07	kolokwium
4	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka	WF1_W05	kolokwium

5	ma podstawow wiedz na temat nieprawidlowo ci postawy ciała, wie jak rozpozna podstawowe wady postawy ciała i zaburzenia przebiegu ruchu w poszczególnych etapach ontogenezy	WF1_W13	kolokwium
6	posiada podstawow wiedz na temat bezpiecznego prowadzenia wicze prozdrowotnych dla osób w ka dym wieku	WF1_W14	kolokwium
7	umiej tnie posluguje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej	WF1_U02	wykonanie zadania
8	komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych	WF1_U05	wykonanie zadania
9	wła ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobra i przeprowadzi odpowiednie wiczenia słu ce jej skorygowaniu	WF1_U11	wykonanie zadania
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
12	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Wykład z uwzgl dnieniem multimediów, dyskusja problemowa, praca w zespole, instrukta)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest obecno na zaj ciach, pozytywne oceny z dwóch kolokwii w semestrze (min. 55% na ocen dst)

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z podstawowymi poj ciami dotycz cymi postawy ciała, wad postawy ciała, metod stosowanych w ich korekcji, rozwoju postawy w ontogenezie oraz zmian postawy ciała w okresach krytycznych posturoogenezy. Przygotowanie do samodzielnego prowadzenia zaj z gimnastyki korekcyjnej na podstawie wybranych wicze i metod korygowania wad postawy ciała.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 2

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Postawa ciała: rodzaje postawy ciała, postawa prawidlowa a wada postawy, diagnostyka postawy ciała na podstawie wzrokowej oceny opartej na metodzie punktowania wg wersji Kasperczyka.

Charakterystyka wady postawy w płaszczy nie strzałkowej: (plecy okr głę, wkl słu, okr głę-wkl słu, płaskie) oraz czołowej (boczne skrzywienia kr góslupa). Charakterystyka pozostałych wad: wady klatki piersiowej (klatka kurza i lejkwata), wady ustawienia głowy i łopatek, wady ko czyn dolnych i stóp (kolana szpotawe i ko lawe, wady chodu, stopa: płaska – statyczna, płaska poprzecznie płasko-ko lawa, szpotawa, wydr ona.).

wiczenia praktyczne: nauka i dobór pozycji ło eniowych, pozycje izolowane i chwiejne, przyjmowania pozycji skorygowanej, omówienie przykładowych wicze koryguj cych wybran wad , przygotowanie przez studentów zestawów wicze i samodzielnego prowadzenie zaj w wybranych wadach postawy ciała. Zastosowanie masa u i wybranych elementów terapii manualnej.

30

Literatura
Podstawowa
Kasperczyk Tadeusz , Wady postawy ciała; diagnostyka i leczenie, Wydawnictwo Kasper, Kraków 1997
Nowotny Janusz, Saulicz Edward, Niektóre zaburzenia ciała i ich korekcja., , Wydawnictwo Remark, , AWF Katowice 1990
Uzupełniają ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	12	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	12	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	6	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	30	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	wiczenia prozdrowotne				
Course / group of courses:	Health Promotion Activities				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206182	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Zaliczenie z ocen	1
Razem			60		3
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Wymagania wst pne			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu zdrowego stylu ycia.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	legitymuje si ugruntowan wiedz na temat zasad zdrowego od ywania, prowadzenia zdrowego trybu ycia i zapobiegania chorobom cywilizacyjnym rozumie potrzeb edukowania innych (uczniów, zawodników, podopiecznych) w tym zakresie;	WF1_W07	kolokwium
2	Zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia.	WF1_W09	kolokwium
3	ma elementarn wiedz z zakresu profilaktyki urazów sportowych rozró nia podstawowe metody stosowane w rehabilitacji urazów narz du ruchu, posiada podstawow wiedz na temat bezpiecznego	WF1_W14	kolokwium

3	prowadzenia wicze prozdrowotnych dla osób w ka dym wieku;	WF1_W14	kolokwium
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemyle ;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
6	wła ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobra i przeprowadzi odpowiednie wiczenia słu ce jej skorygowaniu;	WF1_U11	wykonanie zadania
7	Podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia zachowa prozdrowotnych przez całe ycie.	WF1_U16	wykonanie zadania
8	prawidłowo dokonuje podstawowej oceny postawy ciała oraz rozpoznaje podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego; wła ciwie dobiera metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom;	WF1_U17	wykonanie zadania
9	skutecznie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz , potrafi oceni podstawowe parametry opisuj ce ruch, np. zakres ruchu;	WF1_U18	wykonanie zadania
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i współczucie z powodu ewentualnych schorze ;	WF1_K06	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(obja nienie (wyja nienie, omówienie), metoda problemowa, metoda sytuacyjna, metody aktywizuj ce, samokształcenie.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Sprawdziany teoretyczne pod koniec semestru. Udział w zaj ciach i ocena aktywno ci studenta. Ocena ko cowa jest redni ocen z pisemnych kolokwiów cz stkowych, realizowanych w trakcie semestru i przygotowanej przez studenta prezentacji na temat dotycz cy aktywno ci prozdrowotnej. Warunkiem zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zaj ciach oraz uzyskanie pozytywnej oceny ze wszystkich sprawdzianów pisemnych.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Koncepcja "health-related fitness", jej zało enia i cele. Wpływ aktywno ci fizycznej na funkcjonowanie organizmu. Sposoby post powania maj ce zapewni utrzymanie wydolno ci prozdrowotnej człowieka w ró nych etapach jego rozwoju. Trening fizyczny i warunki jego bezpiecze stwa w wybranych jednostkach chorobowych.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zaj : **wykład**

Zabawy z elementami masa u, Metoda Ruchu Rozwijaj cego – wiczenia praktyczne, Zasady prowadzenia treningu prozdrowotnego dla osób z nadwag i otyło ci , chorob niedokrwienn serca, astm oskrzelow , POChP, cukrzyc , chorob nadci nieniow , osteoporo , osób obci onych du ym ryzykiem upadku.

30

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Funkcjonowanie organizmu podczas uprawiania aktywno ci fizycznej, Ocena wydolno ci prozdrowotnej – wiczenia praktyczne, Stymulowanie prawidłowego rozwoju dziecka do 3-go roku ycia, Stymulowanie

30

prawidłowego rozwoju dziecka w wieku przedszkolnym, Opowie ruchowa – wiczenia fizyczne pobudzające wyobraźnię, Zabawy z elementami masażu, Metoda Ruchu Rozwijającego – wiczenia praktyczne.	30
Literatura	
Podstawowa	
Bogdanowicz M., Okrzesik D., Opis i planowanie zajęć według Metody Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne, Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk 2005	
Figurska M., Figurski T., Nordic walking -dla Ciebie, Wyd. Interspar, W-wa 2008	
Grofik D., Metodyka stosowania ćwiczeń fizycznych w profilaktyce i terapii, AWF Katowice, Katowice 2009	
Kusiński H., Trening zdrowotny osób dorosłych, Medsportpress, W-wa 2000	
Martin S., Ciało i umysł. Znane i mniej znane formy terapii, Wyd. Medium, W-wa 1993	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	10	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	61	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Diagnostyka postawy ciała				
Course / group of courses:	Diagnostics of Body Posture				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206181	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		4	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Egzamin	2
Razem			60		4
Koordynator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy	WF1_W05	kolokwium
2	ma podstawow wiedz na temat nieprawidłowo ci postawy ciała, wie jak rozpozna podstawowe wady postawy ciała i zaburzenia przebiegu ruchu w poszczególnych etapach ontogenezy	WF1_W13	kolokwium
3	umiej tnie postuguje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wla ciw metod badawcz	WF1_U02	wykonanie zadania

4	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała	WF1_U04	wykonanie zadania
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, badań i przemyśle	WF1_U07	wykonanie zadania
6	wła ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobrać i przeprowadzić odpowiednie ćwiczenia słu ce jej skorygowaniu	WF1_U11	wykonanie zadania
7	Zna podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, wł a ciwie doбира metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom	WF1_U17	wykonanie zadania
8	skutecznie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosowa wł a ciw metod badawcz , potrafi oceni podstawowe parametry opisuj ce ruch, np. zakres ruchu	WF1_U18	wykonanie zadania
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
10	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i współczucie z powodu ewentualnych schorze	WF1_K06	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Wykład, prezentacje Power Point, pokaz praktyczny, ćwiczenia praktyczne w parach, filmy edukacyjne.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Kolokwia pisemne, ocena praktycznych umiej tno ci badania postawy ciała oraz przeprowadzania testów funkcjonalnych

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z podstawowymi metodami diagnostycznymi stosowanymi w ortopedii, dotycz cymi postawy ciała i urazów sportowych.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zaj : **wykład**

Posturogeneza – zmienno postawy ciała w toku ontogenezy od urodzenia do 6 r. ., Postawa ciała dzieci i młodzie y w wieku szkolnym, Postawa prawidłowa – mechanizm powstawania wad postawy, Prawo wzrostu ko ci, Fazy reedukacji posturalnej, Wady kr gośłupa w płaszczy nie strzałkowej (plecy okr głe, wkl słe, okr gło-wkl słe i płaskie) – definicja etiologia, cechy charakterystyczne, Badanie kliniczne i radiologiczne skoliozy, metoda Mory projekcyjnej, prognozowanie rozwoju skoliozy.

Omówienie wybranych jednostek chorobowych: krzywica, gru lica stawów i kr gośłupa, choroba Scheuermanna, choroba Perthesa, osteoporoza, dysplazja stawu biodrowego,

Wady klatki piersiowej (klatka kurza, klatka lejkowata): ocena kliniczna i radiologiczna,

Wady kolan (kolana szpotawe, kolana ko lawe, нефизjologiczny przeprost): ocena kliniczna i radiologiczna ko lawo ci i szpotawo ci. Najcz cieiej wyst puj ce urazy kolana,

Badanie kliniczne i radiologiczne stopy, Najcz cieiej wyst puj ce wady stóp u dzieci, Plantokonturografia – diagnozowanie wad stóp.

30

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

<p>Ocena postawy ciała: analiza wzrokowa, testy funkcjonalne, interpretacja wyników obserwacji, Badanie kręgosłupa: pomiary ruchomości orientacyjne i tańcymetry, testy funkcjonalne, ocena siły wybranych mięśni metodą Lovetta. Testy funkcjonalne oceniające stawy krzyżowo-biodrowe. Zakres ruchomości stawów kołczych dolnej, pomiary długości i obwodów kołczych dolnej, testy funkcjonalne stawu biodrowego, kolanowego i skokowego. Pomiary zakresu ruchomości stawów kołczych górnej, pomiary długości i obwodów kołczych górnej. Testy funkcjonalne oceniające stawy barkowe i łokciowe Analiza chodu i podstawowych dynamizmów ruchowych (długie, siłowe, siadanie i siedzenie). Wykorzystanie specjalistycznych narzędzi badawczych w ocenie postawy ciała: Zebris pointer, platforma P-walk, podoskop elektroniczny, G sensor</p>	30
--	----

Literatura
Podstawowa
Buckup K. , Testy kliniczne w badaniu kołczych, stawów i mięśni, PZWL, W-a 1995
Jorritsma W. , Anatomia na żywym człowieku, Urban&Partner, Wrocław 2004
Lee D. , Obręcz biodrowa: Badanie i leczenie okolicy lędźwiowo-miedniczno-biodrowej,, DB Publishing, W-a 2001
McRae R. , Kliniczne badanie ortopedyczne, Wydawnictwo Medyczne Urban&Partner, Wrocław 2004
Walażek R., Kasperczyk T., Magiera L. , Diagnostyka w kinezyterapii i masażu, Wydawnictwo BIOSPORT, Kraków 2007
Uzupełniająca

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	22	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	30	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	6	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	62	2,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymaganych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dietetyka w sporcie				
Course / group of courses:	Dietetics in Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205883	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3		30	Zaliczenie z ocen	1
		W	30	Egzamin	2
Razem			60		3
Koordynator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytorjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawy fizjologii człowieka, podstawowe wiadomo ci z zakresu ywienia człowieka i prozdrowotnego stylu ycia.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	legitymuje si ugruntowan wiedz na temat zasad zdrowego od ywania, prowadzenia zdrowego trybu ycia i zapobiegania przewlekłym chorobom niezaka nym (dawniej cywilizacyjnym) rozumie potrzeb edukowania innych (uczniów, zawodników, podopiecznych) w tym zakresie	WF1_W07	kolokwium
2	Rozumie specyfik działalno ci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca opartych na zdrowym ywieniu w ró nych okresach ontogenezy.	WF1_W16	kolokwium

3	Skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyslenia w zakresie edukacji żywieniowej.	WF1_U07	wykonanie zadania
4	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z uwzględnieniem odpowiedniego programu żywieniowego	WF1_U20	wykonanie zadania
5	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
6	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji	WF1_K07	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(Wykłady i ćwiczenia; prezentacje multimedialne. Prezentacje studentów na wybrany temat (dotyczy żywienia w różnych okresach ontogenezy oraz żywienia osób o zwiększonej aktywności fizycznej.)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Frekwencja na zajęciach i prawidłowa postawa. Pozytywna ocena z kolokwium końcowego oraz z prezentacji wybranego tematu.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Charakterystyka podstawowych składników żywieniowych. Żywienie sportowców w różnych okresach treningowych. Regulowanie masy ciała. Charakterystyka naturalnych suplementów żywieniowych w różnych dyscyplinach sportowych. Rozpoznanie zagrożeń zdrowotnych związanych z pierwotnymi i wtórnymi wadami żywieniowymi sportowców. Aktywne współuczestniczenie w tworzeniu programów upowszechniających wiedzę o żywieniu w środowisku sportowym zależnie od wieku. Umiejętności bycia partnerem fachowego personelu medycznego w zakresie monitorowania objawów wad żywieniowych i ich skutków wśród sportowców.			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zajęć : wykład			
Błąd żywieniowy Polaków i występowanie zaburzeń odżywiania w populacji sportowców. Żywienie sportowców w różnych okresach treningowych. Regulowanie masy ciała. Charakterystyka naturalnych suplementów żywieniowych w różnych dyscyplinach sportowych. Choroby dietozależne – cukrzyca, otyłość, zespół metaboliczny, alergia pokarmowa, celiakia, choroby układu sercowo-naczyniowego. Prewencja – prozdrowotne składniki żywności oraz substancje aktywne biologicznie. Zagrożenia występowaniem chorób dietozależnych – szkodliwe składniki żywności ze szczególnym omówieniem Kwasów Tłuszczowych Trans pochodzenia przemysłowego. Programy związane z promowaniem prawidłowych zachowań żywieniowych w sporcie. Programy żywieniowe dla dyscyplin wytrzymałościowych, siłowych i szybkościowych. Niedozwolone wspomaganie w diecie sportowca			30
Forma zajęć : wiczenia audytorijne			
Źródła informacji o problematyce żywieniowej. Informacja żywieniowa na opakowaniu – źródło wiedzy o produkcie żywnościowym. Podstawowe pojęcia związane z żywieniem człowieka – mierniki zdrowotne. Determinanty sposobu żywienia: styl życia, status ekonomiczny, rodzaj zamieszkania (dom rodzinny, stacja itd.), mass media, wiek, płeć, status rodzinny, czynnik psychologiczny (stres, samotność), pochodzenie (miasto, wieś), wykształcenie, oświata żywieniowa. Czynniki warunkujące sposób żywienia człowieka w czasie życia: życie płodowe, niemowlęctwo, dzieciństwo, młodość, dorosłość, osoby starsze. Metody oceny stanu odżywienia. Metody jakościowe, metody ilościowe, zalety i wady. Czynniki wpływające na indywidualny stan odżywienia. Zewnętrzne wyznaczniki stanu odżywienia. Podstawowe składniki			30

od ywczce – białka, w glowodany tłuszcze, woda, składniki mineralne i witaminy. Tabele warto ci od ywczcej. Warunki prawidłowego ywienia – piramidy ywieniowe (ze szczególnym uwzgl dniem piramidy ywieniowej dla sportowców) zalecenia ywieniowe.	30
--	----

Literatura
Podstawowa
Bean A., ywienie w sporcie, wyd. Zysk i S-ka, Pozna 2008
Celejowa I., ywienie w sporcie, wyd. PZWL, Warszawa 2008
Ciborowska H., Dietetyka, wyd. PZWL, Warszawa 2010
Eksterowicz J., Zarys ywienia sportowców, wyd PZWL, Bydgoszcz 2007
Gaw cki J., Hryniewiecki L. (red.), ywienie człowieka. Podstawy nauki o ywieniu., Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2000
Gaw cki J., Roszkowski W. (red.), ywienie człowieka a zdrowie publiczne, Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2009
Gertig H., Przysławski J., Bromatologia, wyd.PZWL, Warszawa 2005
Gronowska-Senger A., Zarys oceny ywienia, Wyd. SGGW, Warszawa 2009
Hasik J., Gaw cki J. (red.), ywienie człowieka zdrowego i chorego, Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2006
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	60	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	8	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	62	2,1
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	10	0,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - fitness				
Course / group of courses:	Specialisation Course: Fitness				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205887	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	3
	6	P	45	Zaliczenie z ocen	3
Razem			75		6
Koordynator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
koordynacja ruchowa, słuch muzyczny, poczucie rytmu			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania zaj fitness oraz podstawy treningu sportowego	WF1_W08	wypowied ustna
2	zna podstawowe reguły, prawidlowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania do zawodów sportowych	WF1_W15	wypowied ustna
3	rozumie specyfik dziaalnoci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca;	WF1_W16	wypowied ustna

4	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie j tno ci techniczne i ruchowe w zakresie fitness	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
7	profesjonalnie przygotowuje konspekt z zakresu fitness w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
8	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu fitness w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu zrealizuje go w praktyce	WF1_U20	praca pisemna
9	umiej tnie organizuje i zarz dza imprez sportów w oparciu o obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych	WF1_U22	wykonanie zadania
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
12	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
13	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propaguj c zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowa
14	docenia prac i post py poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich pora ek;	WF1_K08	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(pokaz, instrukta)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej);

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Oceny z zalicze cz stkowych w semestrze 5 i 6, egzamin teoretyczny w semestrze 6 w formie pyta otwartych

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z teori , metodyk oraz organizacyjnymi zasadami prowadzenia zaj fitness. Student jest przygotowany wszechstronnie do prowadzenia zaj fitness w o rodkach prowadz cych tego typu zaj cia (odnowa biologiczna, siłownie, sale gimnastyczne). Posiada odpowiedni wiedz i umiej tno ci praktyczne pozwalaj ce na wła ciwy dobór wicze w zale no ci od wieku i stopnia wytrenowania poszczególnych uczestników zaj . Potrafi zaplanowa w sposób fachowy indywidualny trening rekreacyjny.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Dance Aerobic - wprowadzenie; Kroki podstawowe – nazewnictwo i technika ruchu; Struktura lekcji; Zasady muzyki. Komunikacja werbalna i niewerbalna; Doskonalenie techniki ruchu; Zasady budowy choreografii (symetryczna i asymetryczna); Przebieg procesu dydaktycznego. Kombinacje metodyczne,

30

<p>skrzy owana fraza, metody zło one</p> <p>Step – Choreografia; Kroki podstawowe – nazewnictwo i technika ruchu; Struktura lekcji; Zasady muzyki. Komunikacja werbalna i niewerbalna; Budowa choreografii, zło ona metodyka nauczania ruchu; Lekcje pokazowe, omówienie choreografii, rozwi zania metodyczne; Przygotowanie fragmentów lekcji – warsztat pracy instruktora.</p> <p>Body Shape - wiczenia wzmacniaj ce – pozycje wyj ciowe - technika ruchu; Struktura lekcji; Dobór i realizacja ruchu w muzyce; Zasady budowy lekcji i metody nauczania ruch; Dobór wicze w ró nych rodzajach treningu; wiczenia rozci gaj ce, dobór i miejsce strukturze lekcji</p>	30
--	----

Semestr: 6

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

<p>System treningu obwodowego - Technika ruchu; Struktura lekcji – treningi kombinowane; Dobór i realizacja ruchu w muzyce; Zasady budowy lekcji i metody nauczania ruchu; Dobór i poł czenia wicze . Wykorzystanie przyborów. Organizacja treningu; Podstawy anatomii i fizjologii w lekcji wzmacniaj cej</p> <p>Shape – Ball -Technika ruchu; Wzmacnianie dynamiczne i statyczne; Dobór, poł czenia wicze i przej cia.</p> <p>Pilates - wprowadzenie; Technika ruchu; Struktura lekcji, dobór wicze ; Podstawy anatomii i fizjologii; Metodyka nauczania ruchu</p> <p>Podstawy Aqua fitness – zaj cia za basenie</p> <p>Podstawy Nordic Walking – technika wykonywania ruchu, wiczenia w terenie</p>	45
--	----

Literatura

Podstawowa

Dorota Olex , Fitness; metodyka i praktyka., AWF, Katowice 2001

El bieta Grodzka – Kubiak , Aerobik czy fitness., Pozna 2002

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	75	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	2	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	35	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	45	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	23	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	2,6

Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	115	3,8

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - narciarstwo				
Course / group of courses:					
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	215475	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	3
	6	S	45	Zaliczenie z ocen	3
Razem			75		6
Koordynator:	dr Mariusz Pocięcha				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek, mgr Przemysław Markowicz, dr Mariusz Pocięcha				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:

Uzyskanie oceny 5.0 z zaj obóz zimowy.

Szczegółowe efekty uczenia si

Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna istotne poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada podstawow wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii, i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe warto kultury fizycznej;	WF1_W01	kolokwium
2	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania narciarstwa, zna przepisy maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie zwi zane z organizacj obozów narciarskich oraz zna podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
3	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy instruktora narciarstwa, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych na	WF1_W11	kolokwium

3	stoku;	WF1_W11	kolokwium
4	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie narciarstwa;	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych w narciarstwie;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo s dziuje zawody narciarskie na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Omówienie, instrukta , pokaz;
prezentacja multimedialna;
metody: zabawowa, zadaniowa, analityczna, syntetyczna, kompleksowa)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne jazdy na nartach, sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej

Ocena efektów kształcenia na podstawie:

- uczestnictwa i aktywno ci na zaj ciach,
- prezentacji wybranych technik jazdy i jazdy terenowej:
- 90% - 100% - zgodnie ci z wzorcem ruchowym - bardzo dobry
- 89% - 85% - zgodnie ci z wzorcem ruchowym - plus dobry
- 84% - 71% - zgodnie ci z wzorcem ruchowym - dobry
- 70% - 66% - zgodnie ci z wzorcem ruchowym - plus dostateczny
- 50% - 65% - zgodnie ci z wzorcem ruchowym - dostateczny
- zaliczenia kolokwium z pytaniami otwartymi, na ocen :
 - 90% - 100% - max liczby punktów - bardzo dobry
 - 89% - 85% - max liczby punktów - plus dobry
 - 84% - 71% - max liczby punktów - dobry
 - 70% - 66% - max liczby punktów - plus dostateczny
 - 50% - 65% - max liczby punktów - dostateczny

Szczegółowe kryteria oceny prezentowane s na pierwszych zaj ciach.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria i metodyka nauczania techniki narciarstwa zjazdowego. Teoretyczne aspekty narciarstwa alpejskiego.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

	Liczba godzin
Semestr: 5	
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
Teoria narciarstwa - filmy pogl dowe. Doskonalenie podstawowych elementów techniki narciarstwa alpejskiego. Doskonalenie skr tów z półplugu, plugu i podstawowych skr tów równoległych. Doskonalenie skr tu równoległego NW. Doskonalenie	30 migu.

	30
Semestr: 6	
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
<p>Teoria narciarstwa. Metodyka nauczania poszczególnych elementów oraz ewolucji narciarskich. Przygotowanie konspektów do prowadzenia zaj . Wykorzystanie podstawowych ewolucji w je dzie terenowej. Prowadzenie zaj na stoku. Zaliczenie praktyczne. Zaliczenie teoretyczne.</p>	45
Literatura	
Podstawowa	
Kuchler W., Carving. Kurs jazdy dla początkujących i zmieniających technik jazdy., ? – Medica Press, Bielsko-Biała 2002	
Marasek A., Bezpieczeństwo w górach - Ratownictwo, SITN- PZN, Kraków 2002	
Stawarz P. (red.) , Program nauczania narciarstwa zjazdowego, SITN-PZN, Kraków 2018	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przygotowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	75	
Konsultacje z prowadzącym	3	
Udział w egzaminie	2	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zaj	35	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	30	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	35	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	80	2,7
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	75	2,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - piłka no na				
Course / group of courses:	Specialisation Course: Football				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205888	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	3
	6	P	45	Zaliczenie z ocen	3
Razem			75		6
Koordynator:	magister Krzysztof Tomalski				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Krzysztof Tomalski				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Kandydat jest lub był zawodnikiem dru yny piłki no nej.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania piłki no nej, zna przepisy oraz podstawy treningu;	WF1_W08	wypowied ustna
2	zna podstawowe reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych w piłce no nej	WF1_W15	wypowied ustna
3	rozumie specyfik działalnoci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych	WF1_W16	wypowied ustna

4	legitymuje si dobrym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie pi ki no nej	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawid łowo identyfikuje potencja ł motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania b ł dów podstawowych sekwencji ruchowych	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawid łowo s dziuje zawody w pi łce no nej i futsalu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i m łodzie y	WF1_U06	wykonanie zadania
7	prawid łowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku	WF1_U09	wykonanie zadania
8	prawid łowo przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu pi ki no nej i w oparciu o wiedz p łyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	praca pisemna
9	prawid łowo dobiera obci enia treningowe oraz rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
10	umiej tnie organizuje i zarz dza imprez sportow w oparciu o obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespo łowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF1_U22	wykonanie zadania
11	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
12	okazuje szacunek wsp ółpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumia ł dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
13	wsp ółpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wsp ólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
14	szanuje wsp ółpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propaguj c zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowa
15	docenia prac i post py poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumia ły wobec ich pora ek;	WF1_K08	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

metody podaj ce (pokaz, instrukta , obja nienie, prezentacja, wykład z demonstracj przykładów), metody praktyczne (wiczenia przedmiotowe, instrukta poprawnego wykonania techniki pi ki no nej)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej);

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena pracy pisemnej i scenariusza lekcji (konspektu))

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespo łowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespo łowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Sprawdziany umiej tno ci praktycznych, prowadzenie zaj treningowych ,sprawdziany teoretyczne - znajomo ci przepisów pi ki no nej i futsalu, elementów techniki i taktyki oraz metodyki ich nauczania i doskonalenia

Semestr 5 - zaliczenia z ocen ;

Semestr 6 - egzamin

Ocena z egzaminu obejmuje oceny uzyskane na zako czenie zaj praktycznych zarówno z sem. 5 i 6 oraz ocen uzyskan w trakcie egzaminu pisemnego.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie, nauczanie, doskonalenie techniki i taktyki. Planowanie, przygotowanie i przeprowadzenie zaj treningowych, s dziowanie. Przygotowanie studenta do pracy w klubie sportowym w charakterze instruktora pi ki no nej

Content of the study programme (short version)

Getting to know the discipline, perfecting techniques and tactics. Planning, preparing and conducting classes. Preparing students for work in a sports club as a football instructor.

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 5	
Forma zaj : wiczenia praktyczne	
Wprowadzenie do przedmiotu, system kształcenia trenerów-instruktorów w Polsce. Organizacja tej dyscypliny w Polsce i na wicie. Planowanie pracy szkoleniowej. Nauczanie i doskonalenie techniki i taktyki piłki no nej - teoria i praktyka. Samodzielne prowadzenie zaj . Organizacja i prowadzenie zawodów. Przepisy gry w piłk no n i futsal, teoria i praktyka.	30
Semestr: 6	
Forma zaj : wiczenia praktyczne	
Sprawdzanie umiej tno ci praktycznych. Kształtowanie zdolno ci motorycznych i sprawno ci specjalnej piłkarza. Szkolenie dzieci i młodzie y-dobór metod, form i rodków. Planowanie pracy szkoleniowej. Filmy szkoleniowe w nauczaniu i doskonaleniu techniki. Testy sprawno ci ogólnej i specjalnej. Kierowanie dru yn podczas meczu. Obserwacja i analiza meczów piłkarskich.	45
Literatura	
Podstawowa	
Bednarski L., Ko min A., Piłka no na, AWF Kraków , Kraków 2006	
Dorna M, i.in., Narodowy model gry, Polski Zwi zek Piłki No nej, Warszawa 2016	
Przepisy gry w piłk no n i futsal, PZPN - dost p: https://www.pzpn.pl/	
Uzupełniają ca	
Afta ski T, Szwarz A . , Futsal Piłka No na Halowa, AWFIS, Gda sk 2013	
Bangsbo J., Sprawno fizyczna piłkarza. Naukowe podstawy treningu, Centralny O rodek Sportwu, Warszawa 1999	
Bednarski L., Piłka no na - zaj cia treningowe w rocznym cyklu szkoleniowym., Extrema, Kraków 2000 - materiał udost pnia prowadz cy zaj cia	
Malicki R., Piłkarskie wiczenia treningowe dla najmłodszych, MWW, Wrocław 2012	
Talaga J., Atlas wicze piłkarskich- technika, Warszawa 1999	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	75	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	35	
Przygotowanie do kolokwii i egzaminu	45	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	23	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	2,6
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	115	3,8

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymaganych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - piłka r czna				
Course / group of courses:					
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	215476	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	3
	6	S	45	Zaliczenie z ocen	3
Razem			75		6
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Kazimierz Mróz				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c genez , rozwój oraz bie ce wydarzenia w piłce r cznej. Opanował metodyk nauczania elementów technicznych i taktycznych oraz przepisy gry. Potrafi zaplanowa i przeprowadzi rozgrzewk	WF1_W08	kolokwium
2	Zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu piłki r cznej, posiada wiedz na temat BHP; rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych z zakresu organizacji i przeprowadzania imprez sportowych.	WF1_W08, WF1_W11	kolokwium
3	Posiada wysokie umiej tno ci techniczne i fizyczne w zakresie piłki r cznej, prezentuje poziom sprawn o ci fizycznej, umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki.	WF1_U01	obserwacja wykonania zada

4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	obserwacja wykonania zada
5	prawidłowo s dzuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	obserwacja wykonania zada
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	obserwacja wykonania zada
7	wła ciwie ocenia swój wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(- obja nienie (wyja nienie, omówienie),
- pokaz, metody: analityczna, syntetyczna, kompleksowa
- instrukta , metody sytuacyjne, metody aktywizuj ce,
Samokształcenie)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (kolokwium pisemne w formie pyta zamkni tych i otwartych)

umiej tno ci:

obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działań wła ciwych dla piłki r cznej)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecno ci oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów. Kolokwium pisemne (test wielokrotnego wyboru i pytania otwarte). Geneza i rozwój piłki r cznej, przepisy gry-terminologia, gestykulacja s dziowska, systematyka i metodyka nauczania techniki i taktyki gry.

Teoria - technika - taktyka:

51% - 60% - dst
61% - 68% - +dst
69% - 79% - db
80% - 89% - +db
90% - 100% - bdb

Przepisy gry:

70% - 76% - dst
77% - 81% - +dst
82% - 88% - db
89% - 94% - +db
95% - 100% - bdb

Ocena umiej tno ci technicznych na podstawie obserwacji i stopnia odwzorowania pokazu do prezentowanego wzorca: chwyt i podania, kozłowanie, rzuty, zwody. Opracowanie konspektu i przeprowadzenie rozgrzewki. S dziowanie. Bezpo rednia obserwacja meczu.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Geneza i rozwój piłki r cznej w Polsce i na wiecie. Przepisy gry, s dziowanie. Terminologia, systematyka, metodyka. Planowanie i nauczanie techniki, taktyki gry w piłk r czn . Opanowanie elementów technicznych i taktycznych umo liwiaj cych nauczanie piłki r cznej w szkołach (wszystkie etapy kształcenia) i uczniowskich klubach sportowych. Zasady organizacji prowadzenia zawodów sportowych w piłce r cznej.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
<p>Przygotowanie motoryczne i fizyczne, systematyka elementów technicznych.</p> <p>Doskonalenie elementów technicznych: sposoby poruszania si w obronie i ataku, chwyt i podania, kozłowanie, rzuty (z przeskokiem, w wysoku, z padem), zwody, zasłony, technika gry na pozycji bramkarza.</p> <p>Kompleksowe wiczenia doskonal ce technik pod presja przeciwnika i wi kszego obci enia fizycznego.</p> <p>Systematyka elementów taktycznych.</p> <p>Doskonalenie elementów taktyki indywidualnej w obronie i w ataku.</p> <p>- atak szybki (bezpo redni, po redni, szybkie wznowienie gry po stracie bramki)</p> <p>- atak pozycyjny (2 : 1 : 3 i 2 : 2 : 2)</p>	30
Semestr: 6	
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
<p>Doskonalenie taktyki zespołowej obrony:</p> <p>- obrony ka dy swego</p> <p>- obrony strefowe (6 : 0 i 5 : 1)</p> <p>- obrona kombinowana (5 + 1, 4 + 2, 3 + 3)</p> <p>Nauka i doskonalenie innych systemów gry w ataku i obronie (gra w przewadze, gra w osłabieniu)</p> <p>Wskazówki metodyczne: zasady, metody, formy nauczania, korygowanie bł dów, typy lekcji, konstruowanie konspektów.</p> <p>Prowadzenie treningu na podstawie opracowanego konspektu.</p> <p>Organizacja turniejów i zawodów w piłce r cznej.</p> <p>Zaliczenie praktyczne, kolokwium.</p> <p>Bezpo rednia obserwacja meczu.</p>	45
Literatura	
Podstawowa	
Czerwi ski J. , Charakterystyka gry w piłk r czn , AWF, Gda sk 1999	
Jans W., Atlas wicze piłkarza r cznego 1997	
Majorek S. , Konspekty do nauczania piłki r cznej, MZPR, Kraków 2007	
Spieszny M., Tabor R. , Walczyk L. , Piłka r czna w szkole, C.O.S., Warszawa 2001	
Uzupełniaj ca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaj ciach	75
Konsultacje z prowadz cym	3
Udział w egzaminie	2
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	35
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	30
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	35
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	80	2,7
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	75	2,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - piłka siatkowa				
Course / group of courses:	Specialisation Course: Volleyball				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205890	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	3
	6	P	45	Zaliczenie z ocen	3
Razem			75		6
Koordynator:	magister Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Posiadanie umiej tno ci technicznych upowa niaj cych do podj cia stara o stopie instruktora. W praktyce jest to stopie co najmniej 4,5 z piłki siatkowej na koniec drugiego semestru.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi ,teori i metodyk nauczania piłki siatkowej, zna przepisy gry w piłk siatkow oraz podstawy treningu sportowego tej dyscypliny sportu;	WF1_W08	wypowied ustna
2	zna podstawowe reguly, prawidlowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych w piłce siatkowej;	WF1_W15	wypowied ustna
3	rozumie specyfik działalnoci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca	WF1_W16	wypowied ustna

4	legitymuje si ę ponadprzeciętnym poziomem sprawności fizycznej oraz posiada umiejętności techniczne i ruchowe w zakresie gry w piłkę siatkową	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo s ądziuje rozgrywkę w piłce siatkowej na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzieży	WF1_U06	wykonanie zadania
7	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku;	WF1_U09	praca pisemna
8	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu;	WF1_U10	praca pisemna
9	prawidłowo dobiera obciążenia treningowe oraz środki i metody pracy szkoleniowej w zależności od sprawności fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
10	umiejętnie organizuje i zarządza imprezami sportowymi w oparciu o obowiązujące prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, również na zaawansowanym poziomie sportowym	WF1_U22	wykonanie zadania
11	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
12	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
13	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
14	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowa
15	docenia pracę i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek	WF1_K08	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład, wiczenia, film szkoleniowy, obserwacja zajęć treningowych, zajęcia praktyczne, praca indywidualna)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Sprawdzian teoretyczny i praktyczny po zakończonym semestrze

Treści programowe (opis skrócony)

W ramach zajęć teoretycznych i praktycznych studenci nabywają umiejętności prowadzenia szkolenia dzieci i młodzieży w zakresie nauczania gry w piłkę siatkową. Przygotowanie studentów do pracy w klubie sportowym w charakterze instruktora piłki siatkowej

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zajęć: **wiczenia praktyczne**

Zarys historii piłki siatkowej w Polsce i na świecie, przepisy gry w piłkę siatkową, sędziowanie, protokołowanie.

30

<p>Gra, struktura zespołu – podział obowiązków, funkcje zawodnika i pozycje w grze, konstruowanie drużyny. Struktura i etapy szkolenia w piłce siatkowej na podstawie „Programu Szkolenia Siatkarza”, ogólne założenia metodyki nauczania i doskonalenia techniki i taktyki gry.</p> <p>Taktyka zespołowa i indywidualna – taktyka ataku i obrony, systemy ataku i obrony, taktyka indywidualna w przyjęciu zagrywki, rozegrania piłki, atakowania, bloku i obrony</p> <p>Technika – Zasady, metody, formy i środki nauczania i doskonalenia techniki: przemieszczania i przyjmowania postaw siatkarskich, przyjęcia z podaniem sposobem górnym i dolnym, wystawiania, zagrywki, atakowania w różnych formach, bloku pojedynczego i grupowego, obrony piłki w polu.</p> <p>Technika – systematyka ćwiczeń i metodyka nauczania postaw siatkarskich i sposobów przemieszczania, odbicia sposobem górnym, wystawiania, rozegrania piłki, przyjęcia zagrywki. Odbicia sposobem dolnym, przyjęcia zagrywki, wykonania zagrywki rotacyjnej, bezrotacyjnej, z wyskoku. Atak w różnych formach, blok pojedynczy i grupowy, gra w obronie.</p> <p>Taktyka zespołowa – taktyka gry w ataku i systemy gry w ataku. Przyjęcie zagrywki w poszczególnych etapach nauczania, sposoby asekuracji. Taktyka gry w obronie, systemy gry w obronie, wyprowadzanie kontrataku.</p>	30
---	----

Semestr: 6

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

<p>Taktyka indywidualna – przykładowe ćwiczenia w poszczególnych elementach gry.</p> <p>Gra – organizacja gry na poszczególnych etapach szkolenia. Mini-siatkówka, gra 6x6.</p> <p>Przygotowanie sprawnościowe – metodyka kształtowania zdolności koordynacyjnych w piłce siatkowej, ćwiczenia gimnastyczne i akrobatyczne, kształtowanie skoczności, siły, szybkości w szkoleniu młodego siatkarza. Gry i zabawy ruchowe w treningu. Przykładowe jednostki treningowe na poszczególnych etapach szkolenia.</p> <p>Rozgrzewka – rodzaje rozgrzewek, przykłady rozgrzewki przedmeczowej, ćwiczenia w części końcowej treningu</p> <p>Kontrola – praktyczne sprawdziany techniki wybranych elementów gry, zdolności motorycznych, sprawności specjalnej</p> <p>Obserwacje meczów i treningów – hospitowanie zajęć w KU AZS, hospitowanie zajęć prowadzonych przez trenerów w wybranym klubie pozauczelnianym, analiza wybranych meczów piłki siatkowej.</p> <p>Kontrola techniki i sprawności specjalnej – ocena techniki za pomocą sprawdzianów i arkusza obserwacyjnego.</p> <p>Korygowanie błędów, diagnozowanie poziomu sprawności fizycznej.</p> <p>Przygotowanie fizyczne, pedagogiczne i psychologiczne zawodnika - metodyka kształtowania zdolności motorycznych w strukturze treningu, relacje z zawodnikami, specyfika treningu chłopców i dziewcząt.</p>	45
---	----

Literatura

Podstawowa

Grzegorz G., Ljoch W., Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń, COS, Warszawa 2000

Grzegorz G., Szade D., Piłka siatkowa. Technika, taktyka i elementy minisiatkówki, AWF, Katowice 2012

Program Szkolenia Siatkarza, Biblioteka Polskiej Siatkówki APS., Warszawa 2011

Przepisy gry w piłkę siatkową, Strona internetowa PZPS 2011

Uzupełniająco

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
--	----------------------------

Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	75	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	2	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	35	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	45	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	23	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	2,6
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	115	3,8

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może różnić się od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - pływanie				
Course / group of courses:	Specialisation Course: Swimming				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205889	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	3
	6	S	45	Zaliczenie z ocen	3
Razem			75		6
Koordynator:	magister Ryszard Mróz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Ryszard Mróz				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
egzamin z przedmiotu zdany na min. 4,5			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna podstawowe reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych w pływaniu;	WF1_W15	wypowied ustna
2	rozumie specyfik działalno ci sportowej w pływaniu w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowania zdrowotnego sportowca pływaka;	WF1_W16	wypowied ustna
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie pływania;	WF1_U01	wykonanie zadania

4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych w pływaniu;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo sędziuje zawody z pływania na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzieży;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej w dziedzinie pływania dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku;	WF1_U09	praca pisemna
7	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu pływania i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu, potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	praca pisemna
8	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu pływania i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu, realizuje go w praktyce;	WF1_U20	praca pisemna
9	prawidłowo dobiera obciążenia treningowe w pływaniu oraz środki i metody pracy szkoleniowej w zależności od sprawności fizycznej podopiecznych;	WF1_U21	wykonanie zadania
10	umiejętnie organizuje i zarządza imprezami pływackimi w oparciu o obowiązujące przepisy w sportach indywidualnych i zespołowych, również na zaawansowanym poziomie sportowym;	WF1_U22	wykonanie zadania
11	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
12	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
13	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
14	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowa
15	docenia pracę i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek;	WF1_K08	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Prezentowanie wzorców prawidłowej techniki pływania (filmy), nauczanie poszczególnych sekwencji sensomotorycznych w pracy ramion i nóg, działania praktyczne.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu, referatu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wyczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Ocena umiejętności posługiwania się poprawnymi technikami pływania, startów i nawrotów, ocena sprawności pływania na podstawie rezultatów czasowych uzyskanych na określonych dystansach, ocena umiejętności prowadzenia lekcji nauki i doskonalenia pływania oraz treningu pływackiego. Pisemnie sprawdziany ze znajomości zagadnień teorii pływania i przepisów.

Treści programowe (opis skrócony)

Opanowanie wiadomości i umiejętności pozwalających na prowadzenie zajęć z zakresu nauczania i doskonalenia pływania oraz prowadzenia treningu pływackiego.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zajęć : **wiczenia specjalistyczne (sportowe)**

<p>Właściwości fizyczne środowiska wodnego. Technika pływania poszczególnymi stylami. Technika wykonywania skoków startowych i nawrotów do poszczególnych stylów. Przepisy pływania. Metody i zasady stosowane w nauczaniu pływania Znaczenie aktywności fizycznej w środowisku wodnym. Czynniki od których zależą efekty nauczania pływania. Formy organizacji zajęć z nauki pływania, organizacja lekcji. Systematyka i metodyka nauczania pływania, startów i nawrotów</p>	30
---	----

Semestr: 6

Forma zajęć : **wiczenia specjalistyczne (sportowe)**

<p>Podstawy treningu pływackiego dzieci i młodzieży. Przygotowanie ogólnorozwojowe, rola rozgrzewki w treningu pływackim. Formy, rodzaje i metody treningowe stosowane w treningu pływackim dzieci. Organizacja pływania sportowego w Polsce. Podstawy ratownictwa wodnego, pływanie niemowląt, aerobik w wodzie, Total Immersion. Pedagogiczne, psychologiczne i socjologiczne aspekty pracy instruktora pływania. Zasady bezpieczeństwa na pływalniach. Odpowiedzialność cywilna i karna instruktora pływania.</p>	45
---	----

Literatura

Podstawowa

Ewa Dybilska, Andrzej Wójcicki, Wskazówki metodyczne do nauczania pływania, AWF Kraków 2002

Ryszard Karpiński, Pływanie, Katowice 2008

Edmund Bartkowiak, Pływanie sportowe 1999

Maciej Rakowski, Nowoczesny Trening pływacki 2008

Ryszard Karpiński, Zabawy i rekreacja w wodzie, WSiP, Warszawa 2004

Ryszard Mróz, Poradnik „Teoria pływania cz. I i II, PWSZ Tarnów 2009

Przepisy Pływania FINA, PZP Warszawa 2016

Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	75
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	1
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w szczególnych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	35
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	45
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	23

Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	2,6
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	115	3,8

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - tenis				
Course / group of courses:					
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	215477	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :		fakultatywny	
Rok studiów:	3	Semestr:		5, 6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	3
	6	S	45	Zaliczenie z ocen	3
Razem			75		6
Koordynator:	dr Piotr Kuczek				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Historia tenisa. Technika gry w tenisa. Podstawowe uderzenia i zachowania na korcie. Metodyka nauczania techniki gry w tenisa. Podstawy treningu sportowego. Tenis jako zjawisko w sporcie zarówno rekreacyjnym jak i wyczynowym. Przepisy gry w tenisa na poziomie podstawowym jak i wyczynowym. Planowanie pracy treningowej w sportowych grach indywidualnych jak jest tenis. Gra singlowa i gra deblowa - specyfika. Współpraca z naukami i zastosowanie naukowych metod treningowych. Monitorowanie i kontrolowanie obci e treningowych w tenisie.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c genez , rozwój oraz bie ce wydarzenia w tenisie. Opanował metodyk nauczania elementów technicznych i taktycznych oraz przepisy gry. Potrafi zaplanowa i przeprowadzi rozgrzewk	WF1_W08	kolokwium
2	Zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych w tenisie, posiada wiedz na temat BHP; rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych z zakresu organizacji i przeprowadzania imprez sportowych.	WF1_W08, WF1_W11	kolokwium

3	Posiada wysokie umiejętności techniczne i fizyczne w zakresie tenisa, prezentuje poziom sprawności fizycznej, umożliwiając prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki.	WF1_U01	obserwacja wykonania zadania
4	Prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	obserwacja wykonania zadania
5	Prawidłowo stosuje zasady podstawowe dyscypliny sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzieży.	WF1_U06	obserwacja wykonania zadania
6	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy tenisowego i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	obserwacja wykonania zadania
7	Właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowania
8	Okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowania
9	Współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowania
10	Jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowania

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład klasyczny; objaśnienie, instrukcja, pokaz; metody: ekspresji ruchowej, zabawowa, analityczna, syntetyczna i mieszana; praca indywidualna, mentalna i samokształcenie)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:
ocena kolokwium (kolokwium pisemne - pytania testowe i otwarte)

umiejętności:
obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla techniki ruchu wybranych elementów z tenisa)

kompetencje społeczne:
obserwacja zachowania (obserwacja zachowania indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Aktywność studenta na zajęciach, kolokwia, realizacja indywidualnych ćwiczeń.

Ocena efektów uczenia się na podstawie:

- frekwencji zgodnej z Regulaminem studiów w ANS;
- zaliczenia kolokwium na ocenę:
 - 90% - 100% - max liczby punktów - bardzo dobry
 - 89% - 85% - max liczby punktów - plus dobry
 - 84% - 71% - max liczby punktów - dobry
 - 70% - 66% - max liczby punktów - plus dostateczny
 - 50% - 65% - max liczby punktów - dostateczny
- jako ci i zgodnie ci obowiązujących układów ćwiczeń z wzorcem ruchowym oraz opracowanych konspektów zajęć z wzorem:
 - 90% - 100% - zgodnie ci z wzorcem - bardzo dobry
 - 89% - 85% - zgodnie ci z wzorcem - plus dobry
 - 84% - 71% - zgodnie ci z wzorcem - dobry
 - 70% - 66% - zgodnie ci z wzorcem - plus dostateczny
 - 50% - 65% - zgodnie ci z wzorcem - dostateczny

Szczegółowe wymagania i kryteria oceny prezentowane są na pierwszych zajęciach

Treści programowe (opis skrócony)

Celem zajęć jest opanowanie podstawowej techniki gry w tenisa oraz metodyki nauczania.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

	Liczba godzin
Semestr: 5	
Forma zajęć : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
Historia tenisa. Technika gry w tenisa.	30

<p>Podstawowe uderzenia i zachowania na korcie. Przepisy gry w tenisa na poziomie podstawowym jak i wyczynowym. Tenis jako zjawisko w sporcie zarówno rekreacyjnym jak i wyczynowym.</p>	30
--	----

Semestr: 6

Forma zaj : **wiczenia specjalistyczne (sportowe)**

Metodyka nauczania techniki gry w tenisa. Podstawy treningu sportowego.
Planowanie pracy treningowej w sportowych grach indywidualnych jak jest tenis.
Gra singlowa i gra deblowa - specyfika.
Współpraca z naukami i zastosowanie naukowych metod treningowych.
Monitorowanie i kontrolowanie obci e treningowych w tenisie.

45

Literatura

Podstawowa

- Sieniek Cz., Sporty całego ycia : metodyka nauczania : badminton, ringo, pływanie, wiczenia i gry terenowe, gimnastyka artystyczna, tenis stołowy, tenis ziemny. Cz. 2, Poradnik metodyczny, Starachowice : "Helvetica", [ca 2003].

Lenik J., Cieszkowski J., Teoria i metodyka sportu : przewodnik po zagadnieniu dla trenerów, nauczycieli i studentów, Rzeszów : Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2017.

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	75	
Konsultacje z prowadz cym	3	
Udział w egzaminie	2	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	35	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	30	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	35	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	80	2,7
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	75	2,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpieczeństwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Działania na polu walki				
Course / group of courses:	Operations in the Field of Combat				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205848	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	obowiązkowy		
Rok studiów:	2, 3	Semestr:	4, 5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			90		6
Koordynator:	magister Robert Wardzała				
Prowadz cy zaj cia:	mgr in . Andrzej Kłopocki, mgr Robert Wardzała				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski, semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowiązkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpieczeństwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz z zakresu uytliarnych warto ci kultury fizycznej i sprawnoci fizycznej oraz mo liwo ci zastosowania ich w praktyce obronnej, a w tym teorii i zasad strzelania	WF1_W17	kolokwium
3	posiada wiedz na temat współczesnych zagro e i rozumie jak reagowa na nie z wykorzystaniem poznanych teorii funkcjonowania	WF1_W18	kolokwium

3	człowieka	WF1_W18	kolokwium
4	zna podstawowe reguły obronności i bezpieczeństwa w kontekście procesów wychowawczych;	WF1_W19	kolokwium
5	legitymuje się ponadprzeciętnym poziomem sprawności fizycznej oraz posiada umiejętności techniczne i ruchowe w zakresie działania na polu walki	WF1_U01	wykonanie zadania
6	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, i przeżyte;	WF1_U07	wykonanie zadania
7	posiada umiejętność wykorzystania własnego potencjału motorycznego do prowadzenia podstawowych działań obronnych;	WF1_U23	wykonanie zadania
8	właściwie zachowuje się w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, prawidłowo wykorzystuje nabyte umiejętności ruchowe w sytuacjach ekstremalnych;	WF1_U24	wykonanie zadania
9	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
10	jest świadomy konieczności wychowywania i edukowania młodego pokolenia w duchu patriotyzmu;	WF1_K09	obserwacja zachowa
11	prawidłowo reaguje w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa i motywuje do koletywnego działania;	WF1_K10	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Metody nauczania ruchu: analityczna, syntetyczna i kompleksowa
Metody prowadzenia lekcji: odtwórcze (na ładowczą, cisła, zadaniowa, cisła, programowego uczenia się)
Metody nauczania: pokaz, wykład)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zgodnie z obowiązującymi skalami ocen. Sprawdzian, kolokwium, dyskusja, wykonywanie zadań /obserwacja zachowa.

Treści programowe (opis skrócony)

Kształtowanie pożądanego poziomu sprawności motorycznej, wzbogacenie wiedzy z zakresu działania na polu walki, nazewnictwa, oraz elementów technicznych i taktycznych systemów walki.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć: **wiczenia praktyczne**

System walki wręcz – semestr IV (zajęcia praktyczne) 30h

1). Podstawy i sposoby poruszania się w walce:

- postawa bokserska połączona z unikami, dobieganiem i odejściem oraz zejściami, unikami,

2). Podstawowe techniki ciosów stosowane w walce:

- cios prosty,

- cios sierpowy i jego odmiany,

- ciosy łokciami

- kombinacje uderzeń,

- kombinacje uderzeń w ruchu,

- sposoby unikania ciosów w ruchu oraz blokowanie ich.

30

3). Podstawowe kopnięcia stosowane w walce:

- kopnięcia frontalne (podbijające i pchające),
- kopnięcia okrężne na udo (wewnętrzne i zewnętrzne),
- kopnięcia boczne, oraz odmiany,
- sposoby blokowania kopnięć (unikanie, zejście, podbicie, blok nogami i rękami).

4). Pady i przewroty w walce wręcz:

- pad w tył,
- pad w bok,
- pad w przód,
- przewrót w przód,
- pad w tył z przewrotem w tył,
- łączenie technik padów z postawami pozycji obronnej,
- techniki padania z broni

5). Rzuty oraz podciąganie:

- podciąganie z objęciem 8 wychylenia,
- rzut przez biodro, ramami
- połączenie rzutów oraz podciąganie z unieruchomieniem przeciwnika poprzez dźwignie, duszenie, krępowanie ruchu.

6). Dźwignie na stawy kończyn górnych:

- zasady dźwigni oraz jej odmiany i łączenia,
- chwytów transportowych (tyłu, z przodu),
- sposoby podejścia i zakładania dźwigni, obserwacja otoczenia,
- sposoby transportowania w dwie osoby,
- sposoby podnoszenia z ziemi za pomocą dźwigni (bierny opór, oraz czynny opór).

7). Sposoby obezwładniania:

- za pomocą dźwigni,
- za pomocą obaleń,
- za pomocą duszenia,
- kombinacje technik (techniki łączone).

8). Walka w płaszczyźnie parterowej:

- techniki walki z pleców
- kontrolowanie pozycji z góry
- uderzenia w płaszczyźnie parterowej
- techniki kołyszące
- kombinacje technik (techniki łączone)

9). Techniki zakładania kajdanek:

- zakładanie kajdanek z przodu oraz obszukanie,
- zakładanie kajdanek z tyłu, obszukanie, transportowanie,
- zakładanie kajdanek od tyłu osobie klęczącej, obszukanie, transportowanie,
- zakładanie kajdanek w pozycji leżącej, obszukanie, transportowanie,
- zakładanie kajdanek z przyparciem do ściany, samochodu parkanu itp.,

10). Uwalnianie z chwytów, obchwytów i duszenia - samoobrona:

11). Zasady obrony przed zagrożeniem użycia broni palnej:

- zachowania obronne w sytuacjach zagrożenia użycia broni,
- techniki obrony w sytuacji zagrożenia z przodu, tyłu oraz boku.

11). Zasady obrony przed zagrożeniem użycia broni białej:

- zachowania obronne w sytuacjach zagrożenia użycia broni,
- techniki obrony w sytuacji zagrożenia z przodu, tyłu oraz boku.

12). Techniki wobec osób pozostających w pojazdach:

- techniki usuwania osób z pojazdu z użyciem siły fizycznej,

30

Forma zaj : wiczenia praktyczne	
<p>System walki broni paln - semestr V (zaj cia teoretyczne/praktyczne) 30h</p> <p>Zaj cia teoretyczne:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1). Ogólne zasady bezpiecznego posługiwania si broni paln . 2). Zasady bezpiecze stwa na strzelnicy podczas szkole strzeleckich. 3). Zasady bezpiecznego u ytkowania broni palnej 4). Przechowywanie broni palnej 5). Rodzaje broni palnej krótkiej. 6). Rodzaje broni palnej długiej 8). Rodzaje nabojów do broni palnej krótkiej i długiej 9). Teoria strzału: <ul style="list-style-type: none"> -Balistyka pocisku -Charakterystyka zjawiska strzału -Pr dko pocz tkowa pocisku -Odrzut i podrzut broni palnej -Celowanie -Elementy toru lotu pocisku -redni punkt trafienia -Celno broni palnej -Rozrzut pocisków <p>Zaj cia praktyczne:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1). Elementy maj ce wpływ na skuteczne oddanie strzału -Prawidłowa postawa strzelecka <ul style="list-style-type: none"> -Prawidłowy chwyt broni -Prawidłowe zgrzywanie przyrz dów celowniczych -Prawidłowe wyciskanie j zyka spustowego -Prawidłowy oddech w trakcie pracy na j zyku spustowym -Wytrzymanie po strzale 2). Podstawowe elementy taktyki strzeleckiej <ul style="list-style-type: none"> -Przeładowanie broni -Zmiana magazynka -Taktyczna zmiana magazynka -Poruszanie si z broni -Bieg z pistoletem i zatrzymanie w czasie biegu -Strzelanie w ruchu -Zmiana kierunku strzelania -Post powanie w przypadku zaci cia si broni -Dystans CQB – system walki broni paln krótk i dług -Dystans CQB – osłony -Dystans CQB – ruch -Dystans CQB – reakcja na kontakt -Dystans CQB – walka w terenie zurbanizowanym 	30
Semestr: 6	
Forma zaj : wiczenia praktyczne	
<p>Przygotowanie ólnierza – szeregowego, Sił Zbrojnych RP w zakresie funkcjonowania w warunkach pokoju, kryzysu i wojny – semestr VI (zaj cia teoretyczne) 30h</p> <ol style="list-style-type: none"> 1). Szkolenie in ynieryjno-saperskie: <ul style="list-style-type: none"> -zasady budowy stanowisk ogniowych -rodzaje i ogólna budowa min wojsk własnych 2). Obrona przed broni masowego ra enia: <ul style="list-style-type: none"> -podział i charakterystyk broni masowego ra enia, toksycznych rodków przemysłowych (TSP) -zakres i sposób realizacji przedsi wzi Obrony Przed Broni Masowego Ra enia (OPBMR) -działanie po ogłoszeniu alarmu o ska eniach 3). Powszechna Obrona Przeciwlotnicza <ul style="list-style-type: none"> -przedsi wzi cia prowadzone w ramach aktywnej oraz pasywnej powszechnej obrony przeciwlotniczej 	30

<ul style="list-style-type: none"> -zasady prowadzenia rozpoznania, ostrzegania i alarmowania wojsk o zagrożeniu uderzeniami z powietrza -zasady ogłaszania i przekazywania sygnałów alarmu powietrznego zachowanie się po ogłoszeniu alarmu powietrznego w różnych warunkach <p>4). Terenoznawstwo</p> <ul style="list-style-type: none"> -istotę orientowania się w terenie bez mapy -zasady wykonywania marszu według azymutów -zasady określania swojego położenia w terenie <p>5). Szkolenie medyczne</p> <ul style="list-style-type: none"> -zasady bezpiecznego udzielania pierwszej pomocy rannym i poszkodowanym na polu walki -zasady wynoszenia rannych z pola walki za pomocą noszy i sposobów improwizowanych -zasady ewakuacji medycznej z pojazdów wojskowych oraz miejsca zdarzenia <p>6). SERE (Survival, Evasion, Resistance, Escape)</p> <ul style="list-style-type: none"> -ogólne założenia problematyki odzyskiwania personelu -podstawowe akcje odzyskiwania personelu -podstawowe zasady, metody i formy ochrony własnej, przy wykorzystaniu technik maskowania i kamuflażu <p>7). Realizacja działań bojowych</p> <ul style="list-style-type: none"> -zasady zachowania się żołnierza na polu walki -wykorzystanie terenu i maskowanie -poruszanie się na polu walki -wybór stanowisk ogniowych -działanie żołnierza w walce -ubezpieczenie bezpośrednie -bytowanie, przetrwanie w ekstremalnych warunkach -pozycje bojowe, bazy, posterunki obserwacyjne <p>8). Ograniczenia prowadzenia działań wynikające z Międzynarodowego Prawa Humanitarnego w Konfliktach Zbrojnych</p>	30
--	----

Literatura
Podstawowa
Poradnik dowódcy drużyny/załogi/obsługi, DWL d., Warszawa 2011
Poradnik szeregowego zawodowego oraz szeregowego Narodowych Sił Rezerwowych,, DWL d. , Warszawa 201
Strzelectwo bojowe , Mad Leaf 2016
Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	90
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	35
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	35

Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	19	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	91	3,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	150	5,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Edukacja zdrowotna				
Course / group of courses:	Health Education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205936	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2
Koordynator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania	WF1_W06	kolokwium
2	legitymuje si ugruntowan wiedz na temat zasad zdrowego od ywania, prowadzenia zdrowego trybu ycia i zapobiegania chorobom cywilizacyjnym rozumie potrzeb edukowania innych (uczniów, zawodników, podopiecznych) w tym zakresie;	WF1_W07	kolokwium
3	potrafi projektowa i realizowa programy wychowawczo-profilaktyczne w zakresie tre ci i działa wychowawczych i profilaktycznych skierowanych do uczniów, ich rodziców lub opiekunów i nauczycieli;	1.2.05	wykonanie zadania

4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyslenia;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
6	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład, prezentacja, praca w grupach, przygotowanie referatu (prezentacji))

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

kolokwium w formie pisemnej

Treści programowe (opis skrócony)

wykształcenie nawyków bezpośrednio lub pośrednio związanych z ochroną i doskonaleniem zdrowia fizycznego i psychicznego; wyrabianie odpowiednich sprawności; nastawienie woli i kształtowanie postaw umożliwiających stosowanie zasad higieny, skutecznej pielęgnacji, zapobiegania chorobom i leczenia; pobudzanie pozytywnego zainteresowania sprawami zdrowia w wyniku epizodycznego i systematycznego wzbogacania i pogłębiania wiedzy o sobie oraz o prawach i obowiązkach zdrowiem publicznym.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć: **wykład**

Ekologia środowiska nauki i pracy.

Pojęcie choroby cywilizacyjnej oraz podstawowe informacje na temat czynników ryzyka

- choroby układu krążenia (palenia papierosów, niewłaściwa dieta, brak ruchu, otyłość, stres)
- nowotwory (nowotwory tytoniowe i dietozależne)
- choroby psychiczne
- wypadki i urazy.

Założenia wybranych programów zdrowotnych i ekologicznych - zdrowa szkoła, zdrowe miasto (miasteczko, gminy), szkoły i miasta promujące zdrowie, przykłady prowadzonych w Polsce programów, np. Łódź – Zdrowe Miasto.

Edukacja zdrowotna i ekologiczna w mediach (przykłady programów i dużych akcji informacyjnych, np. „Alkohol zabiera wolność”, „Narkotyki stop”, „Sprzeczanie wiatra”).

Internet w edukacji zdrowotnej i ekologicznej.

Formy i metody stosowane w edukacji zdrowotnej i ekologicznej: metoda organizacji środowiska, przekazu wiedzy, pobudzania zachowań sprzyjających zdrowiu, metoda utrwalania po danych zachowań i przyzwyczajaje zdrowotnych, metody aktywizujące (np. drama, techniki twórczego myślenia, konkursy).

Scenariusze zajęć z zakresu edukacji zdrowotnej i ekologicznej (przykłady scenariuszy dla różnych grup wiekowych).

Wsparcie społeczne, grupy samopomocowe i ruchy proekologiczne.

Informacje na temat różnych instytucji rządowych, samorządowych, wyznaniowych i społecznych działających w dziedzinie ochrony środowiska i niesienia pomocy osobom chorym i potrzebującym.

15

Forma zajęć: **wiczenia praktyczne**

<p>Definicja zdrowia, edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz współczesne podejście do problematyki zdrowia. Podstawowe pojęcia ekologiczne: populacja, zasoby przyrody, ekosystem, działania na rzecz ochrony środowiska. Wskaźniki zdrowia (długość życia, „jakość życia”, poziom odżywienia, współczynniki chorobowości i umieralności). Czynniki warunkujące zdrowie – genetyczne i środowiskowe (biologiczne, społeczne i ekonomiczne). Wielosektorowe i wielodyscyplinarne podejście do problemów edukacji zdrowotnej i ekologicznej. Zachowania prozdrowotne (prawidłowa dieta, ekologia żywienia, aktywność ruchowa, znaczenie wypoczynku i rekreacji, umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach (kontrola poziomu stresu). Zachowania antyzdrowotne (nikotynizm, alkoholizm, narkomania, ryzykowne zachowania seksualne). Pojęcia zdrowego stylu życia</p>	15
---	----

Literatura
Podstawowa
Karski Jan, Promocja zdrowia, IGNIS, Warszawa 1999
Marcinkowski Jerzy, Podstawy higieny, Volumed, Wrocław 1997
Wojnarowska Barbara, Program edukacji zdrowotnej, LIDER, Warszawa 1999
Uzupełniająca

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	30	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	10	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Emisja głosu				
Course / group of courses:	Voice Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205967	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1
Koordinator:	magister Stanisław wider				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Stanisław wider				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie podstawy funkcjonowania i patologie aparatu mowy, zasady emisji głosu, podstawy funkcjonowania narz du wzroku i równowagi;	1.1.13	wypowied ustna
2	zna i rozumie znaczenie j zyka jako narz dzia pracy nauczyciela: problematyk pracy z uczniami z ograniczon znajomo ci j zyka polskiego lub zaburzeniami komunikacji j zykowej, metody porozumiewania si w celach dydaktycznych - sztuk wykładania i zadawania pyta , sposoby zwi kszania aktywno ci komunikacyjnej uczniów, praktyczne aspekty wyst pie publicznych - poprawno j zykow , etyk j zyka, etykiet korespondencji tradycyjnej i elektronicznej oraz zagadnienia zwi zane z emisj głosu - budow , działanie i ochron narz du mowy i zasady emisji głosu.	C.W07	praca pisemna

3	potrafi poprawnie posługiwać się językiem polskim i poprawnie oraz adekwatnie do wieku uczniów posługiwać się terminologią przedmiotu;	1.2.15	wykonanie zadania
4	potrafi posługiwać się aparatem mowy zgodnie z zasadami emisji głosu;	1.2.16	wykonanie zadania
5	potrafi posługiwać się zgodnie z zasadami aparatem emisji głosu;	C.U07	obserwacja wykonania zadania
6	potrafi poprawnie posługiwać się językiem polskim.	C.W07, C.U08	obserwacja wykonania zadania
7	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przebiegów;	WF1_U07	wykonanie zadania
8	jest gotów do skutecznego korygowania swoich błędów językowych i doskonalenia aparatu emisji głosu.	C.K02	obserwacja wykonania zadania
9	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowania

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(ćwiczenia: ćwiczenia praktyczne obejmujące analizę i interpretację zjawisk z zakresu emisji głosu i kultury językowego słowa.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działania)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działania)

obserwacja zachowania (obserwacja zachowania indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

ćwiczenia: kolokwia ustne z zakresu emisji głosu i kultury językowego słowa.

Treści programowe (opis skrócony)

ćwiczenia: Praktyczna emisja głosu z uwzględnieniem zjawisk z zakresu kultury językowego słowa.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zajęć: **ćwiczenia praktyczne**

Metodyczna praca pozyskiwania autonomicznej wiadomości, w sztuce bycia sugestywnym i przekonywującym.

Głos jako źródło i podstawa ludzkiej ekspresji i mowy językowej.

W ramach Zajęć realizowane są następujące zagadnienia:

1. Przedstawienie budowy oraz działania aparatu oddechowego, fonacyjnego i artykulacyjnego z punktu widzenia ich optymalnego wykorzystania w zawodowej pracy głosem.
2. Ćwiczenia odpowiedniej do mówienia postawy ciała.
3. Wypracowanie umiejętności rozluźniania obszarów ciała odpowiedzialnych za tworzenie głosu.
4. Ćwiczenia oddechowe: oddychanie przeponowo - brzuszne, podparcie oddechowe, wydłużanie i wyrównywanie fazy wydechowej.
5. Ćwiczenia fonacyjne: miki atak dźwięku, wykorzystanie rezonatorów.
6. Ćwiczenia artykulacyjne.
7. Praca nad techniką mowy.

15

8. Praca z tekstem. 9. Głos jako narz dzie pracy nauczyciela. Elementy autoprezentacji. 10. Higiena pracy głosem	15
--	----

Literatura
Podstawowa
, red. M. Przybysz-Piwko, Emisja głosu nauczyciela, Warszawa 2006
Bednarek J. D., wiczenia wyrazisto ci mowy, Wrocław 2002
Ciecierska-Zajdel B., Trening głosu, Warszawa 2012
Gaw da K., Łazewski J., Uczymy si poprawnej wymowy, Warszawa 1995
Linklater K., , Uwolnij swój głos, Kraków 2012
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	15	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	9	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	3	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	2	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	30	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	1	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	16	0,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	0,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró nić od l cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Filozofia i socjologia				
Course / group of courses:	Philosophy and Sociology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205945	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		15	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		3
Koordinator:	dr Robert Noga				
Prowadz cy zaj cia:	dr Robert Noga				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytorijne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie podstawy filozofii wychowania i aksjologii pedagogicznej, specyfik głównych rodowisk wychowawczych i procesów w nich zachodz cych;	1.1.01	wypowied ustna
2	ma ugruntowan wiedz na temat ewolucji kultury fizycznej i rozumie jej znaczenie w kontek cie wychowania, społeczno-kulturowego oraz filozoficznego rozwoju ludzko ci;	WF1_W02	kolokwium
3	posiada zaawansowan wiedz na temat wychowania i kształcenia, zna istotn terminologi zwi zan z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka;	WF1_W03	kolokwium

4	prezentuje zaawansowaną wiedzę o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawidłowe i rzadkie związki interpersonalnymi i społecznymi, zachodzące między nimi relacje i zakłócenia;	WF1_W04	kolokwium
5	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
6	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład, wiczenia, kontrolna praca pisemna)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Wykład: udział w dyskusji, obserwacja, obecność na zajęciach.

wiczenia: aktywność na zajęciach, kolokwium

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z podstawowymi problematykami stanowiącymi treść filozofii i socjologii, fachową terminologię oraz strukturę tych dziedzin wiedzy.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć: **wykład**

Wykłady obejmują podstawowe treści wprowadzające – porządkujące problematykę wiedzy filozoficzno – socjologicznej w ujęciu epok historycznych oraz działań tych dyscyplin.

15

Forma zajęć: **wiczenia audytoryjne**

wiczenia obejmują bardziej monograficzne ujęcie wybranych epok w przypadku filozofii, w tym kierunków w filozofii człowieka, zaś w przypadku socjologii – to kwestie struktury społecznej. Eksponowane jest także specyfika życia społecznego na poziomie mikro, mezo i makro.

15

Literatura

Podstawowa

Giddens A., Socjologia, PWN, Warszawa 2002

Szacka B., Wprowadzenie do socjologii, Oficyna Naukowa, Warszawa 2003

Tatarkiewicz W., Historia filozofii T 1-3, Warszawa. PWN 2010

Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	30
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	0

Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwicze, zaj	25	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatur, wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęci wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęci/grup zajęci.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Fizjologia				
Course / group of courses:	Physiology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205960	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3, 4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	4	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
Razem			90		6
Koordynator:	prof. dr hab. n. med. Marcin Maciejczyk				
Prowadz cy zaj cia:	prof. dr hab. n. med. Marcin Maciejczyk				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Wiedza z kursu anatomii i biochemii			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	posiada zaawansowan wiedz na temat fizjologii człowieka, zna istotn terminologi zwi zan z funkcjonowaniem organizmu człowieka	WF1_W03	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz na temat i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi wysiłku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium

3	umiejętnie posługuje się podstawowymi sprzętami do diagnostyki funkcjonalnej. Potrafi zastosować właściwe metody badawcze;	WF1_U02	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przebiegów;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	profesjonalnie raport z badań fizjologicznych i w oparciu o wiedzę płynącą z fizjologii potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
6	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(Wykład, prezentacja multimedialna, ćwiczenia praktyczne w grupach laboratoryjnych w pracowni fizjologicznej z wykorzystaniem dostępnego sprzętu)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach, na laboratorium, innych formach zajęć)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Kolokwia i egzamin w formie testowej			
Treści programowe (opis skrócony)			
Fizjologia układu nerwowego. Fizjologia układu mięśniowego Fizjologia krwi. Fizjologia układu krążenia. Fizjologia układu oddechowego. Gruczoły dokrewne i ich hormony. Podstawy wydolności fizycznej.			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zajęć : wykład			
Mechanizm powstawania i przewodzenia impulsów nerwowych. Funkcje układu somatycznego i wegetatywnego. Centralny i obwodowy układ nerwowy. Receptory i ich podziały. Budowa i zasada działania synaps nerwowych. Budowa łuku odruchowego. Odruchy u człowieka. Podziały i budowa mięśni. Synapsa nerwowo-mięśniowa. Mechanizm skurczu mięśniowego. Energetyka pracy mięśniowej. Podziały włókien mięśniowych. Funkcje krwi. Skład krwi – rola elementów morfotycznych i składników osocza. Liczba hematokrytowa. Odczyn Biernackiego. Grupy krwi.			15
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne			
Odruchy u człowieka (badanie wybranych odruchów). Rodzaje skurczów mięśniowych. Badanie siły mięśniowej w różnych warunkach (spoczynek, zmęczenie) Wpływ wysiłku na liczbę hematokrytów . Grupy krwi. hemoglobina			30
Semestr: 4			
Forma zajęć : wykład			
Rola małego i dużego obiegu krwi. Automatyzm pracy serca. Cykl pracy serca. Rodzaje naczyń krwionośnych. Regulacja czynności mięśnia sercowego. Regulacja przekroju naczyń krwionośnych. Ciśnienie krwi i czynniki skurczów serca – wielkości należne, zależne, regulacja. Podstawy elektrokardiografii. Oddychanie płucne i tkankowe. Transport tlenu i dwutlenku węgla przez krew. Drogi oddechowe. Mechanizm wentylacji płuc. Wymiana gazów oddechowych. Całkowita pojemność płuc i jej składowe. Wentylacja minutowa płuc. Regulacja oddychania. Rodzaje hipoksji. Gruczoły dokrewne i ich hormony. Wydolność fizyczna i czynniki ją determinujące.			15
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne			
Próby czynnościowe układu krążenia. Próby ortostatyczne, wpływ wysiłku na układ krążenia. Spirometria.			30

Literatura
Podstawowa
Górski J. (red.) , Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa 201
Halicka-Ambroziak Halina , Wskazówki do wicze z fizjologii dla studentów wychowania fizycznego, Wyd. AWF, Warszawa 1986
Jaskólski A. (red.) , Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, AWF, Wrocław 2006
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	90	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	35	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	33	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	20	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	92	3,1
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	100	3,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Fizjologia sportu				
Course / group of courses:	Physiology of Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205891	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	5	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	6	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
Razem			75		5
Koordinator:	prof. dr hab. n. med. Marcin Maciejczyk				
Prowadz cy zaj cia:	prof. dr hab. n. med. Marcin Maciejczyk				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Wiedza z kursu anatomii, biochemii i fizjologii			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat funkcjonowania organizmu człowieka w spoczynku i w wysiłku, rozumie procesy fizjologiczne zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi sportu	WF1_W05	kolokwium
2	rozumie specyfik działalno ci sportowej w sensie biologicznym (fizjologicznym), tym specyfik zachowa zdrowotnych	WF1_W16	kolokwium

3	umiejętnie posługuje się podstawowym sprzętem służącym ocenie wydolności fizycznej. Potrafi zastosować właściwe metody badawcze;	WF1_U02	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje wydolność fizyczną oraz reakcje wysiłkowe, komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu doskonalenia wydolności fizycznej	WF1_U05	wykonanie zadania
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przebiegów;	WF1_U07	wypowiedź ustna
6	profesjonalnie przygotowuje plan badań z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z fizjologii sportu potrafi zrealizować go w praktyce	WF1_U10	wykonanie zadania
7	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z fizjologii sportu i zrealizuje go w praktyce	WF1_U20	wykonanie zadania
8	prawidłowo dobiera obciążenia treningowe oraz metody badań wysiłkowych w zależności od wydolności fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
9	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
10	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowa
11	docenia pracę i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek	WF1_K09	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład, prezentacja multimedialna, ćwiczenia praktyczne w grupach laboratoryjnych w pracowni fizjologicznej z wykorzystaniem dostępnego sprzętu)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach, na laboratorium, innych formach zajęć)

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Kolokwia i egzamin w formie testowej

Treści programowe (opis skrócony)

Energetyka wysiłków fizycznych, jako podstawa do klasyfikacji wysiłków. Wydolność fizyczna. Ogólne zasady testowania poziomu wydolności. Wykorzystanie badań fizjologicznych w treningu sportowca. Fizjologiczne podstawy treningu sportowego. Wpływ treningu na organizm. Fizjologiczne reakcje organizmu na różne typy wysiłków fizycznych

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zajęć: **wykład**

Repetitorium wiedzy z zakresu fizjologii człowieka. Budowa mięśni szkieletowych i mechanizm skurczu mięśniowego. Sposób przekazywanie pobudzenia z układu nerwowego na mięsień. Energetyka pracy mięśniowej. Podział włókien mięśniowych na wolno kurczące się i szybko kurczące się. Wielkość charakteryzujące funkcję układu krążenia - ich poziom w spoczynku i podczas pracy. Regulacja czynności serca i naczyń krwionośnych w warunkach wzmożonej pracy mięśniowej. Wentylacja minutowa płuc w warunkach wysiłku fizycznego. Wysiłkowa regulacja oddychania.

15

Forma zajęć: **ćwiczenia laboratoryjne**

Energetyka pracy mięśniowej. Podział wysiłków fizycznych. Badanie fizjologicznych reakcji organizmu na różne typy wysiłków fizycznych

15

Semestr: 6	
Forma zaj : wykład	
Poj cie hipoksji. Mechanizmy zaopatrzenia tlenowego. Znaczenie hipoksji hipobarycznej w sporcie wyczynowym. Wydolno fizyczna. Ogólne zasady testowania poziomu wydolno ci. Przebieg zmian wska ników fizjologicznych w czasie ró nych wysiłków fizycznych. Maksymalny minutowy pobór tlenu – jako miara poziomu wydolno ci aerobowej. Maksymalna moc anaerobowa (MAP) i inne wielko ci wykorzystane w ocenie wydolno ci beztlenowej. Metody wyznaczania MAP. Funkcjonalne i morfologiczne zmiany adaptacyjne poszczególnych narz dów i układów pod wpływem treningu fizycznego. Klasyfikacja wysiłków fizycznych. Ocena wpływu treningu na organizm. Dymorfizm w poziomie wydolno ci. Rozwojowe zmiany wydolno ci fizycznej	15
Forma zaj : wiczenia laboratoryjne	
Badanie wydolno ci fizycznej. Badanie wydolno ci tlenowej i beztlenowej. Testy oceniaj ce wydolno i ich interpretacja.	30
Literatura	
Podstawowa	
K. Birch, D. MacLaren, K. George , Fizjologia sportu. Krótkie wykłady, PWN, Warszawa 2009	
M. Zato , A Jastrz bska , Testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej, PWN, Warszawa 2010	
Ronikier A., Fizjologia sportu, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 2001	
Uzupełniaj ca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	75	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	2	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	28	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	150	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	5	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	2,6
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	65	2,2

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Gimnastyka				
Course / group of courses:	Gymnastics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205940	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	8	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	1, 2, 3, 4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	S	30	Zaliczenie z ocen	2
2	3	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	4	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			120		8
Koordinator:	dr Mariusz Pocięcha				
Prowadz cy zaj cia:	dr Renata Błyszczuk, dr Mariusz Pocięcha				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski, semestr: 2 - j zyk polski, semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Przeci tny poziom sprawno ci fizycznej			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium

3	legitymuje si ę ponadprzeciętnym poziomem sprawności fizycznej oraz posiada umiejętności techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s ądziuje podstawowe dyscypliny sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzieży	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład klasyczny; objaśnienie, instrukcja, pokaz; metody: ekspresji ruchowej, zabawowa, analityczna, syntetyczna i mieszana; praca indywidualna, mentalna i samokształcenie)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Aktywność studenta na zajęciach, kolokwia, realizacja indywidualnych i grupowych układów ćwiczeń.

Ocena efektów uczenia się na podstawie:

- frekwencji zgodnej z Regulaminem studiów w ANS;

- zaliczenia kolokwium na ocenę:

90% - 100% - max liczby punktów - bardzo dobry

89% - 85% - max liczby punktów - plus dobry

84% - 71% - max liczby punktów - dobry

70% - 66% - max liczby punktów - plus dostateczny

50% - 65% - max liczby punktów - dostateczny

- jako ci i zgodnie ci obowiązujących układów ćwiczeń z wzorcem ruchowym oraz opracowanych konspektów zajęć z wzorem:

90% - 100% - zgodnie ci z wzorcem - bardzo dobry

89% - 85% - zgodnie ci z wzorcem - plus dobry

84% - 71% - zgodnie ci z wzorcem - dobry

70% - 66% - zgodnie ci z wzorcem - plus dostateczny

50% - 65% - zgodnie ci z wzorcem - dostateczny

Szczegółowe wymagania i kryteria oceny prezentowane są na pierwszych zajęciach

Treści programowe (opis skrócony)

Kształtowanie ponadprzeciętnego poziomu sprawności motorycznej, opanowanie podstawowych umiejętności specjalnych, wzbogacenie wiedzy z zakresu historii, systematyki, nazewnictwa, techniki oraz metodyki nauczania gimnastyki podstawowej. Komponowanie własnych układów ćwiczeń wolnych na cięce gimnastycznej, druku, kółkach gimnastycznych, równoważni oraz poręczach symetrycznych

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć: **wiczenia specjalistyczne (sportowe)**

kobiety-Technika wykonania i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych. Wykonanie układów ćwiczeń na cięce gimnastycznej, druku i równoważni.

30

<p>wiczenia porz dkowo-dyscyplinuj ce. wiczenia kształtuj ce wolne, z przyborami typowymi i nietypowymi, ze współ wicz cym, na ławeczkach, przy drabinkach i do muzyki.</p> <p>m czy ni-Nauka i doskonalenie wicze porz dkowo-dyscyplinuj cych: musztra elementarna, ustawienie grup przy przyrz dach, podchodzenie i odchodzenie od przyrz dów, noszenie i ustawianie przyrz dów oraz sprz tu, formowanie kolumn wiczebnych. Nauka oraz doskonalenie wicze kształtuj cych we wszystkich pozycjach wyj ciowych: wolne, z przyborami typowymi i niekonwencjonalnymi, ze współ wicz cym, na ławeczkach i na drabinkach, przy muzyce i do muzyki.</p>	30
Semestr: 2	
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
<p>kobiety- wiczenia na ławeczkach i równowa ni: wej cia, wysoki, przej cia, pozycje równowa ne, siady, le enia obroty, piruety, zej cia i zeskoki.</p> <p>wiczenia w zwisach i podporach: wymyk i odmyk na dr ku, zwis przewrotny i przerzutny, wspieranie krocne, kołowroty.</p> <p>m czy ni-Nauka i doskonalenie wicze równowa nych na ławeczkach i równowa ni: wej cia i wysoki na równowa ni , chody, obni anie rodka ci ko ci, półobroty, obroty, pozy, uniki, półwagi, le enia, zej cia i zeskoki.</p>	30
Semestr: 3	
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
<p>kobiety- wiczenia zwinno ciowo- akrobatyczne: przewroty w przód i tył, stanie na głowie, przedramionach i ramionach, przerzuty w przód i bokiem, wychwyty z głowy i z karku.</p> <p>m czy ni-Nauka i doskonalenie wicze w zwisach i podporach na niskim i wysokim dr ku, kółkach gimnastycznych, por czach symetrycznych, linach, drabinkach i skrzyni: wej cie na dr ek wymykiem przodem, sił , wymykiem tyłem, wspieraniem wychwytem, przemachy kuczne, podpory krocne, kołowroty na podudziu i krocne, zeskoki podmykiem; zawrotne; odwrotne, wspierania w przednim i tylnym zamachu, stanie na barkach, kołowroty w podporze przodem, zeskoki kuczne i p</p>	30
Semestr: 4	
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
<p>kobiety- wiczenia dwójkowe i wieloosobowe. Wolne przewroty lotne. Przewroty dwójkowe tzw. "czołg". Skoki przez kozła i skrzyni : rozkroczny, kuczny, zawrotny, odwrotny.</p> <p>m czy ni-Nauka i doskonalenie wicze akrobatycznych na cie ce gimnastycznej: przewroty w przód i w tył, stania na głowie, na przedramionach i na RR, przerzuty: bokiem; przodem i tyłem, wychwyty z karku i z głowy. wiczenia dwójkowe i piramidy. Wolne przewroty lotne. Skoki proste i zło one przez kozła oraz skrzyni : odwrotny, zawrotny, odboczny, rozkroczny, kuczny, obrotowe oraz ł czone.</p>	30
Literatura	
Podstawowa	
Cichalewska A., Kolarczyk E. , wiczenia kształtuj ce dziewcz t, cz. I i II, AWF, Kraków 1999	
Drobnik A. i współ., Gimnastyka, Wydawnictwo Sportowe, Bydgoszcz 1998	
Jezierski R., Rybicka A, Gimnastyka – Teoria i metodyka, AWF, Wrocław 2002	
Karkosz K. , Gimnastyka. Systematyka, technika i metodyka wybranych wicze ., AWF,, Katowice 1997	
Ku mi ska O., Gimnastyka jazzowa, Sport i Turystyka, Warszawa 1985	
Mazurek L., Gimnastyka podstawowa, Sport i Turystyka, Warszawa 1980	
Mieczkowski T., Nauczanie akrobatyki, tom I i II, Szczecin 1997	
Nowak. M. , Gimnastyka przy muzyce w szkole, Warszawa 1995	
Polak E. , Gimnastyka, Wyd. UR 2002	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	120	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	50	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	50	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	19	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	240	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	8	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	121	4,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	220	7,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Historia kultury fizycznej				
Course / group of courses:	History of Physical Education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205937	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
Razem			45		3
Koordynator:	dr Marek Smoła				
Prowadz cy zaj cia:	dr Robert Noga, dr hab. Andrzej Nowakowski, dr Marek Smoła				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Ogólna znajomo podstawowych zagadnie z zakresu historii Polski i powszechnej			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Zna istotne poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada podstawowa wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe warto ci kultury fizycznej	WF1_W01	kolokwium
2	Ma ugruntowana wiedz na temat ewolucji kultury fizycznej i rozumie jej znaczenie w kontek cie wychowania, społeczno-kulturowego oraz filozoficznego rozwoju ludzko ci	WF1_W02	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania

4	umiejętnie przedstawia w formie pisemnej program zamierzonych działań oraz dokumentuje wyniki pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych;	WF1_U08	wykonanie zadania
5	jest gotów do adaptowania metod pracy do potrzeb i różnorodnych stylów uczenia się uczniów;	D.1/E.1.K01	obserwacja zachowa
6	jest gotów do budowania systemu wartości i rozwijania postaw etycznych uczniów oraz kształtowania ich kompetencji komunikacyjnych i nawyków kulturalnych;	D.1/E.1.K06	obserwacja zachowa
7	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(Wykłady, wykład interaktywny, grupy dyskusyjne, metody pogłębione, prezentacje multimedialne, indywidualne wycieczki edukacyjne)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Znajomość całości materiału dydaktycznego, aktywne uczestnictwo w zajęciach (udział w dyskusji, opracowanie referatu). Dwa pisemne kolokwia w ciągu semestru.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Prezentacja dorobku polskiej i światowej kultury fizycznej od czasów antycznych, do współczesności, przynajmniej do przemian ustrojowych w Polsce i w Europie rodowej w 1989 r.			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 1			
Forma zajęć : wykład			
Kultura fizyczna w dwudziestolecu międzywojennym w Europie i Polsce (działalność państwa i organizacji sportowych). Osiągnięcia sportu polskiego w latach 1918-1939. Działalność państwowego Urzędu WF i PW. Straty polskiego sportu w okresie wojny i okupacji. Rozwój kultury fizycznej w Polsce w nowych warunkach w latach 1945-1989. Nowe możliwości kultury fizycznej po 1989 r.			15
Forma zajęć : wiczenia audytoryjne			
Kultura fizyczna w epoce antycznej (Babilonia, Indie, Chiny, Japonia, Egipt, Grecja, Rzym). Aktywność fizyczna w epoce średniowiecza, renesansu i baroku. Aktywność fizyczna i jej przejawy w epoce oświecenia z uwzględnieniem Polski (Collegium Nobilium, Szkoła Rycerska, KEN). Kultura fizyczna w Polsce i Europie w XIX w. ze szczególnym uwzględnieniem ruchu sokolego i innych towarzystw sportowych. System gimnastyki szwedzkiej i niemieckiej. Początki zorganizowanego sportu wyczynowego.			30
Literatura			
Podstawowa			
Gaj J., Hądzelek K., Dzieje kultury fizycznej w Polsce, Poznań 1997			
Gaj J., Woltmann B., Zarys historii sportu w Polsce 1867-1997, Gorzów Wielkopolski 1999			
Wroczyński R., Powszechne dzieje wychowania fizycznego i sportu, Poznań 2014			
Uzupełniająca			

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	45	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	17	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	6	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	47	1,6
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	0,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Koszykówka				
Course / group of courses:	Basketball				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205942	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1, 2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4
Koordinator:	magister Janusz Stawarz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Janusz Stawarz				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski, semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Orzeczenie lekarskie o zdolno ci do studiowania na kierunku wychowania fizycznego.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma wiedz z zakresu kultury fizycznej, docenia rol kultury fizycznej w procesie wychowawczym i społecznym	WF1_W01	wypowied ustna
2	ma uporz dkowan wiedz obejmuj c znajomo terminologii koszykarskiej, metod i form nauczania gry w koszykówk na poszczególnych etapach rozwoju młodzie y	WF1_W08	wypowied ustna
3	jest przygotowany do bezpiecznego, higienicznego i odpowiedzialnego prowadzenia zaj z koszykówki	WF1_W11	wypowied ustna

4	posiada umiejętności techniczne i ruchowe w zakresie koszykówki	WF1_U01	wykonanie zadania
5	umie prawidłowo ocenić potencjał motoryczny wiczyńców w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów w elementach techniki koszykarskiej	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo sędziuje mecze koszykówki na poziomie szkolnej rywalizacji	WF1_U06	wykonanie zadania
7	potrafi przygotować konspekt lekcyjny z zakresu koszykówki i realizować go w praktyce w oparciu o posiadaną wiedzę	WF1_U10	praca pisemna
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje w zasięgu opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, uczniom, zwraca uwagę na zachowanie podopiecznych, wykazuje zrozumienie dla ich słabości i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
10	współpracuje w zespole wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca, kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

- (-objaśnienie (wyjaśnienie, omówienie),
- metoda podająca (wykład, wykorzystanie środków audiowizualnych),
- metoda sytuacyjna (prezentacja techniki wykonania poprzez metody praktycznego wykonania),
- metody aktywizujące,
- samokształcenie studentów (korzysta z materiałów tekstowych i multimedialnych.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Sprawdzian praktyczny i teoretyczny pod koniec semestru I, II.

Sprawdzian praktyczny - ocena umiejętności na podstawie obserwacji poprawności wykonania elementów techniki koszykówki.

Sprawdzian teoretycznej wiedzy z zagadnień techniki wykonania i metodyki nauczania poszczególnych elementów techniki koszykarskiej oraz znajomości przepisów gry.

Obecność na zajęciach zgodnie z regulaminem studiów PWSZ w Tarnowie.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie się studenta z systematyką elementów technicznych gry, metodyki nauczania (zasady, metody, formy) koszykówki w szkole. Zaznajomienie z głównymi założeniami zespołowej gry w ataku i obronie.

Content of the study programme (short version)

Acquainting the student with the systematics of technical elements of the game, teaching methodology (rules, methods, forms) of basketball at school. Familiarization with the main principles of team play in attack and defense.

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Rys historyczny powstania i rozwoju koszykówki. Zasady, metody i formy stosowane w nauczaniu techniki i taktyki koszykarskiej. Nauczanie elementów techniki - poruszania się po boisku bez piłki, chwytów, podań, koźlowania, rzutów do kosza, zbierania piłki z tablicy w ataku i obronie, wyszkolenia technicznego w obronie. Metodyka i zasób wiczeń w nauczaniu wyżej wymienionych elementów techniki. Wykorzystanie gier i zabaw w nauczaniu techniki koszykarskiej.

30

Semestr: 2

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Technika zespołowego ataku i sposobów gry w obronie – metodyka nauczania. Opracowywanie konspektów lekcyjnych z koszykówki lub planu treningowego. Prowadzenie zajęć według opracowanych konspektów. Planowanie i organizacja pracy w różnych grupach wiekowych oraz sposoby kontroli jej efektów. Przepisy gry w koszykówki – interpretacja i praktyczne ich zastosowanie w grze. Sposoby organizacji rozgrywek i turniejów.	30
Literatura	
Podstawowa	
, Przepisy gry w koszykówki , PZKosz , strona internetowa PZKosz	
Arlet T. , Koszykówka. Podstawy techniki i taktyki gry, AWF, Kraków 2001	
Dembiński J. , Koszykówka , Wyższa Szkoła Edukacja w Sporcie, Warszawa 2011	
Huciński T., Vademecum koszykówki, COS, Warszawa 1996	
Huciński T. , Koszykówka dla trenerów, nauczycieli i studentów, BK, Wrocław 2001	
Litkowycz R., Olex-Zarychta D. , Uczymy grać w koszykówki , AWF , Katowice 2006	
Uzupełniająca	

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	20	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	20	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	20	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	60	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	100	3,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Lekkoatletyka				
Course / group of courses:	Athletics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205950	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2, 3	Semestr:	3, 4, 5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	S	15	Zaliczenie z ocen	1
	4	S	30	Zaliczenie z ocen	2
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	1
	6	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			105		6
Koordynator:	dr Piotr Kuczek				
Prowadz cy zaj cia:	dr Renata Błyszczuk, dr Piotr Kuczek				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski, semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Studenci spełniaj je z chwil uko czenia procedury rekrutacyjnej i przyj ciu ich na ten kierunek studiów.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, lekkiej atletyki, zna przepisy, oraz podstawy treningu sportowego wybranych konkurencji lekkoatletycznych;	WF1_W08	wypowied ustna
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj sportowych a szczególnie w rzutach lekkoatletycznych;	WF1_W11	wypowied ustna

3	legitymuje si ę ponadprzeciętnym poziomem sprawności fizycznej oraz posiada umiejętności techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych konkurencji lekkoatletycznych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s ądziuje podstawowe konkurencje lekkoatletyczne na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzieży;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcji i jednostki treningowej w wybranych konkurencjach lekkoatletycznych;	WF1_U10	praca pisemna
7	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	rozmowa nieformalna
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Pokazywanie i objaśnienie, prezentacja techniki oraz metodyki nauczania z wykorzystaniem środków audiowizualnych, metody praktycznego działania)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

rozmowa nieformalna na zajęciach (ocena rozmów nieformalnych na zajęciach)

Warunki zaliczenia

Sprawdzian praktyczny umiejętności technicznych w wybranych konkurencjach lekkoatletycznych takich jak: sprinty, skok w dal, skok wzwyż, pchnięcie kul, rzut oszczepem, bieg przez płotki, Sprawdzian merytoryczny wykorzystania tych umiejętności w postaci uzyskania konkretnych rezultatów w wieloboju lekkoatletycznym, sprawdzian teoretyczny znajomości przepisów, techniki ruchu oraz metodyki nauczania poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych.

Ocena efektów uczenia się na podstawie: - frekwencji zgodnej z Regulaminem studiów w ANS; - zaliczenia kolokwium na ocenę:

90% - 100% - max liczby punktów - bardzo dobry

89% - 85% - max liczby punktów - plus dobry

84% - 71% - max liczby punktów - dobry

70% - 66% - max liczby punktów - plus dostateczny

50% - 65% - max liczby punktów - dostateczny

- jako ci zgodny wymaganych wicze technicznych w wybranych konkurencjach lekkoatletycznych z wzorcem ruchowym:

90% - 100% - zgodny ci z wzorcem - bardzo dobry

89% - 85% - zgodny ci z wzorcem - plus dobry

84% - 71% - zgodny ci z wzorcem - dobry

70% - 66% - zgodny ci z wzorcem - plus dostateczny

50% - 65% - zgodny ci z wzorcem - dostateczny

Szczegółowe wymagania i kryteria oceny prezentowane są na pierwszych zajęciach.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie ze wszystkimi i opanowanie podstawowych konkurencji lekkoatletycznych. Zapoznanie się z możliwościami zastosowania treningu lekkoatletycznego w szkole i przyszkolnym klubie sportowym

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 3

Forma zajęć: wiczenia specjalistyczne (sportowe)

Zastosowanie w lekcji wychowania fizycznego zabaw lekkoatletycznych rozwijających szybkość i skoczność.
Zastosowanie w lekcji wychowania fizycznego zabaw kształtujących wytrzymałość biegową. Zastosowanie zabaw siłowych przygotowujących do rzutów lekkoatletycznych.

15

Semestr: 4		
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)		
Prezentacja wicze przygotowawczych do wszystkich konkurencji lekkoatletycznych. Nauczanie techniki skoku w dal wszystkimi stylami. Nauczanie pchni cia kul wszystkimi stylami. Metody rozwijania wytrzymało ci biegowej biegacza na rednie i długie dystanse.	30	
Semestr: 5		
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)		
Skok wzwy technik naturaln . Skok wzwy technika przerzutow – znaczenie i mo liwo ci wykorzystania w pracy z dzie mi na pocz tkowym etapie szkolenia. Skok o tyczce, rzut dyskiem, rzut młotem i trójskok-konkurencje wymagaj ce dodatkowych zabezpiecze lub trudne ze wzgl du na wymagania sprawno ciowe. wiczenia przygotowawcze.	30	
Semestr: 6		
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)		
Skok wzwy technik flop. Nauczanie i doskonalenie techniki. Nauczanie i doskonalenie techniki biegu przez płotki ze szczególnym uwzgl dnieniem mo liwo ci zastosowania jej w szkole. Rzut oszczepem nauczanie i doskonalenie. Wieloboje lekkoatletyczne. Udział w organizowaniu i s dziowaniu zawodów lekkoatletycznych.	30	
Literatura		
Podstawowa		
Iskra J. , Lekkoatletyka - podr cznik dla studentów , AWF, Katowice 2004		
Mleczko E. red. , Lekkoatletyka, AWF, Karków 2007		
Socha S., Lekkoatletyka. Technika, metodyka nauczania, podstawy treningu, COS , Warszawa 1997		
Stawczyk Z., Gry i zabawy lekkoatletyczne, AWF, Pozna 1998		
Stawczyk Z. red. , Zarys lekkoatletyki, AWF, Pozna 1999		
Uzupełniaj ca		

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	105	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	25	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	35	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	14	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	106	3,5

Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	155	5,2

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Studium J zyków Obcych				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Lektorat j zyka angielskiego				
Course / group of courses:	A Foreign Language Course of English				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	215478	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	2, 3	Semestr:	3, 4, 5		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6
Koordinator:	magister Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, j zyk angielski (100%) , semestr: 4 - j zyk polski, j zyk angielski (100%) , semestr: 5 - j zyk polski, j zyk angielski (100%)				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Umiej tno ci nabyte w poprzednich etapach edukacji w zale no ci od poziomu grupy.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	władza podstawow wiedzy z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

3	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywnośći, wypowiedź ustna
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podające (objaśnienie (wyjaśnienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, ćwiczenia przedmiotowe, praca z podręcznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ciągu zdarzeń prowadząca do znalezienia rozwiązania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizujące, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwiązanie zawarte w nim problem), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłuższa dyskusja z oceną i wyborem zwycięzcy), - swobodna wymiana poglądów, tak jak nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wstępne prowadzą do rozwiązania wyłonionego w dyskusji), - mapa myśli), metody eksponujące (materiał audiowizualny)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
<p>wiedza: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>umiejętności: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>kompetencje społeczne: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p>			
Warunki zaliczenia			
Prowadzący zajęcia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowiązkowych treści programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne doświadczenia dydaktyczne, formułuje ocenę, posługując się kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Podczas zajęć rozwijane są cztery sprawności językowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umożliwia zapoznanie się z użyciem języka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia się w umiejętności wyszukania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiejętność uczestniczenia w rozmowie wymagającej bezpośredniej wymiany informacji na znane uczuciu tematy, posługiwania się językiem wyrażającym i zdaniem, by wziąć udział lub podtrzymać rozmowę na dany temat, relacjonowania wydarzeń, opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiejętność pisania dotyczy wyrażenia myśli, opinii w sposób pisany uwzględniający reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowywanie języka i formy do sytuacji. Przejawia się w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomości wynikających z doraźnych potrzeb.			
Content of the study programme (short version)			
During the course four language skills are developed: listening comprehension, reading comprehension, speaking, writing. Listening comprehension allows students to get acquainted with using the language in natural conditions, with pronunciation, accentuation, intonation. Reading comprehension is manifested in the ability to search for specific information, or to understand the general meaning of the text. Speaking is the ability to participate in a dialogue requiring a direct exchange of information on familiar topics, using a series of phrases and sentences necessary to participate or keep the conversation on the given topic, relation of events, describing people, objects, places, presenting and justifying own views. The ability to write refers to expressions of thoughts, written opinions considering grammar and spelling rules, adapting language and form of the situation. It manifests in drafting a letter, an e-mail, notes or news resulting from the immediate needs.			

Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zagadnienia leksykalne:</p> <p>restauracje i ich rodzaje, jedzenie poza domem miasto, dom, mieszkanie, przeprowadzka i remont rozrywka, sztuka i jej twórcy praca człowiek, osobowość, charakter, ubiór nauka i technika, media społecznościowe turystyka przebiegi i wypadki pieniądze, banki, prowadzenie firmy, trudny klient edukacja, nowe projekty uczucia i marzenia</p> <p>Treści gramatyczne:</p> <p>rzeczownik i jego funkcje przymiotnik - porównania czasowniki i rzeczowniki złożone czas teraźniejszy wyrażenie przeszłości przysłowki czasowniki modalne czas przeszły przymiotniki i przysłówki mowa zależna</p>	60
Semestr: 4	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zagadnienia leksykalne :</p> <p>kino, telewizja, filmy zakupy i usługi, produkty zdrowie i problemy zdrowotne, zdrowy styl życia przyroda i ochrona środowiska</p> <p>Treści gramatyczne:</p> <p>wyrażenie przyszłości przymiotniki strona bierna składnia czasowników, czasowniki frazowe konstrukcja : have sth done typy zdań</p>	30
Semestr: 5	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zagadnienia leksykalne :</p> <p>rodzina i relacje międzyludzkie państwo i społeczeństwo, kwestie społeczne sport i rywalizacja</p>	30

<p>autorytety, celebryci, sława</p> <p>Tre ci gramatyczne: spójniki wyr a nie ycze , konstrukcja 'i wish' okresy warunkowe czasy gramatyczne czasowniki frazowe i modalne słowotwórstwo</p>	30
---	----

Literatura	
Podstawowa	
Bygrave, J., Roadmap™ B2 Students' Book - w uzasadnionych przypadkach, Pearson 2020	
Dellar, H., Walkley, A., Roadmap™ B1+ Students' Book, Pearson 2019	
Jones, H., Berlis, M., Roadmap™ B1 Students' Book - w uzasadnionych przypadkach, Pearson 2019	
Uzupełniaj ca	
Osborn, A., Adlard, R., Roadmap™ B1+, Workbook, Pearson 2021	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej		
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	120	
Konsultacje z prowadz cym	3	
Udział w egzaminie	3	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	34	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	126	4,2
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	180	6,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Studium J zyków Obcych				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Lektorat j zyka francuskiego				
Course / group of courses:	A Foreign Language Course of French				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	215480	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :		fakultatywny	
Rok studiów:	2, 3	Semestr:		3, 4, 5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6
Koordinator:	magister Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk francuski, j zyk polski (100%) , semestr: 4 - j zyk francuski, j zyk polski (100%) , semestr: 5 - j zyk francuski, j zyk polski (100%)				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Umiej tno ci nabyte w poprzednich etapach edukacji w zale no ci od poziomu grupy.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	władza podstawow wiedzy z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

3	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywnośći, wypowiedź ustna
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podające (objaśnienie (wyjaśnienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, ćwiczenia przedmiotowe, praca z podręcznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ciągu zdarzeń prowadząca do znalezienia rozwiązania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizujące, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwiązanie zawartego w nim problemu), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłuższa dyskusja z oceną i wyborem zwycięzcy), - swobodna wymiana poglądów, także nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wstępne prowadzą do rozwiązania wyłonionego w dyskusji), - mapa myśli), metody eksponujące (materiał audiowizualny)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
<p>wiedza: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>umiejętności: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>kompetencje społeczne: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p>			
Warunki zaliczenia			
Prowadzący zajęcia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowiązkowych treści programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne doświadczenia dydaktyczne, formułuje ocenę, posługując się kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Podczas zajęć rozwijane są cztery sprawności językowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umożliwia zapoznanie się z użyciem języka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia się w umiejętności wyszukania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiejętność uczestniczenia w rozmowie wymagającej bezpośredniej wymiany informacji na znane uczuciu tematy, posługiwania się językiem wyrażającym i zdaniem, by wziąć udział lub podtrzymać rozmowę na dany temat, relacjonowania wydarzeń, opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiejętność pisania dotyczy wyrażenia myśli, opinii w sposób pisany uwzględniający reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowywanie języka i formy do sytuacji. Przejawia się w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomości wynikających z doraźnych potrzeb.			
Content of the study programme (short version)			
During the course four language skills are developed: listening comprehension, reading comprehension, speaking, writing. Listening comprehension allows students to get acquainted with using the language in natural conditions, with pronunciation, accentuation, intonation. Reading comprehension is manifested in the ability to search for specific information, or to understand the general meaning of the text. Speaking is the ability to participate in a dialogue requiring a direct exchange of information on familiar topics, using a series of phrases and sentences necessary to participate or keep the conversation on the given topic, relation of events, describing people, objects, places, presenting and justifying own views. The ability to write refers to expressions of thoughts, written opinions considering grammar and spelling rules, adapting language and form of the situation. It manifests in drafting a letter, an e-mail, notes or news resulting from the immediate needs.			

Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zakres gramatyczny:</p> <p>Rozróżnianie i stosowanie: liczby pojedynczej i mnogiej, rodzaju męskiego i żeńskiego rzeczowników i przymiotników, rodzajników i przyimków. Liczebniki. Forma grzecznościowa. Czasowniki regularne trzech koniugacji i wainiejsze czasowniki nieregularne (?tre, avoir, aller, venir, dire, partir, vouloir, pouvoir, devoir, boire, faire, traduire, etc.) w czasie tera niejszym (présent) trybu oznajmuj cego</p> <p>Zakres leksykalny:</p> <p>Komunikacja ustna w sytuacjach ycia codziennego: powitanie, po egnanie, podzi kowanie, przeprosiny. Podawanie danych personalnych, wypełnianie formularza, przedstawianie si i przedstawianie innej osoby, jej opis. Rodzina. Godziny i daty. Kolory. Zainteresowania i czas wolny; sport.</p>	60
Semestr: 4	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zakres gramatyczny:</p> <p>Rozróżnianie i stosowanie: zaimków wskazuj cych, dzier awczych oraz zaimków y, en. Przysłówki. Stopniowanie przymiotników i przysłówek. Czasowniki regularne i nieregularne w nast puj cych czasach trybu oznajmuj cego: passé récent i futur proche.</p> <p>Zakres leksykalny:</p> <p>Przeprowadzanie rozmowy telefonicznej. Zapraszanie i proponowanie, akceptacja i odmowa, wyra anie własnej opinii, upodobani i dezaprobaty. Wyra anie uczu , woli, przymusu, nakazu i zakazu, zach ty, porównywanie. Ubrania i moda. Dom; wynajem i kupno mieszkania. ycie w mie cie i na wsi. Wyra anie relacji przestrzennych i czasowych.</p>	30
Semestr: 5	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zakres gramatyczny:</p> <p>Rozróżnianie i stosowanie: zaimków dopełnienia bli szego i dalszego oraz zaimków wzgl dnych. Czasowniki regularne i nieregularne w nast puj cych czasach trybu oznajmuj cego: passé composé, imparfait i futur simple. Budowa zda pojedynczych i złożonych. Zgodno czasów. Ró ne rejestry j zyka.</p> <p>Zakres leksykalny:</p> <p>ywno , zwyczaje ywieniowe. Stan zdrowia i słu ba zdrowia. Nauka, studia i praca – plany na przyszło . Wakacje i podró e. Pogoda. Przeprowadzanie rozmowy w nast puj cych sytuacjach: w sekretariacie, w podró y (na stacji, w poci gu, na lotnisku), w restauracji, w kawiarni, w hotelu, w sklepie, u lekarza, na poczcie.</p>	30
Literatura	
Podstawowa	
Hirschsprung N., Tricot T., seria "Cosmopolite", Hachette FLE 2019	
Uzupełniają ca	
Grégoire M., Grammaire progressive du français avec 440 exercices, 3e édition, CLE International 2018	
Siréjols E., Vocabulaire en dialogues A1-A2. Niveau débutant, CLE International 2017	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej		
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	120	
Konsultacje z prowadz cym	3	
Udział w egzaminie	3	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	34	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	126	4,2
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	180	6,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Studium J zyków Obcych				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Lektorat j zyka niemieckiego				
Course / group of courses:	A Foreign Language Course of German				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	215481	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :		fakultatywny	
Rok studiów:	2, 3	Semestr:		3, 4, 5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6
Koordinator:	magister Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, j zyk niemiecki (100%) , semestr: 4 - j zyk polski, j zyk niemiecki (100%) , semestr: 5 - j zyk polski, j zyk niemiecki (100%)				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Umiej tno ci nabyte w poprzednich etapach edukacji w zale no ci od poziomu grupy.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	władza podstawow wiedzy z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

3	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywnośći, wypowiedź ustna
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podające (objaśnienie (wyjaśnienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, ćwiczenia przedmiotowe, praca z podręcznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ciągu zdarzeń prowadząca do znalezienia rozwiązania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizujące, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwiązanie zawarte w nim problemie), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłuższa dyskusja z oceną i wyborem zwycięzcy), - swobodna wymiana poglądów, tak e nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wstępne prowadzą do rozwiązania wyłonionego w dyskusji), - mapa myśli), metody eksponujące (materiał audiowizualny)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
<p>wiedza: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywnośći (ocena aktywnośći na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>umiejętności: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywnośći (ocena aktywnośći na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>kompetencje społeczne: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywnośći (ocena aktywnośći na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p>			
Warunki zaliczenia			
Prowadzący zajęcia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowiązkowych treści programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne doświadczenia dydaktyczne, formułuje ocenę, posługując się kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Podczas zajęć rozwijane są cztery sprawności językowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umożliwia zapoznanie się z użyciem języka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia się w umiejętności wyszukania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiejętność uczestniczenia w rozmowie wymagającej bezpośredniej wymiany informacji na znane uczuciu tematy, posługiwania się cięgiem wyrażeniami i zdaniem, by wziąć udział lub podtrzymać rozmowę na dany temat, relacjonowania wydarzeń, opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiejętność pisania dotyczy wyrażenia myśli, opinii w sposób pisany uwzględniający reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowujący je do sytuacji. Przejawia się w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomości wynikających z doraźnych potrzeb.			
Content of the study programme (short version)			
During the course four language skills are developed: listening comprehension, reading comprehension, speaking, writing. Listening comprehension allows students to get acquainted with using the language in natural conditions, with pronunciation, accentuation, intonation. Reading comprehension is manifested in the ability to search for specific information, or to understand the general meaning of the text. Speaking is the ability to participate in a dialogue requiring a direct exchange of information on familiar topics, using a series of phrases and sentences necessary to participate or keep the conversation on the given topic, relation of events, describing people, objects, places, presenting and justifying own views. The ability to write refers to expressions of thoughts, written opinions considering grammar and spelling rules, adapting language and form of the situation. It manifests in drafting a letter, an e-mail, notes or news resulting from the immediate needs.			

Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : lektorat	
Zagadnienia grammatyczne: czasownik, czas teraźniejszy, pytania, przeczenia, szyk wyrazów w zdaniu pytającym i oznajmującym, rodzajniki, zaimki dzierżawcze i osobowe, przyimki, czasownik: czasy przeszłe, czasowniki modalne, zdania współrzędne złożone, przymiotnik: stopniowanie, tryb rozkazujący	60
Zagadnienia leksykalne: komunikacja ustna w sytuacjach życia codziennego: powitanie, pożegnanie, podziękowanie, przeprosiny. Podawanie danych personalnych, wypełnianie formularza, przedstawianie siebie i przedstawianie innej osoby, jej opis. Rodzina. Godziny i daty. Kolory. Zainteresowania i czas wolny; sport	
Semestr: 4	
Forma zajęć : lektorat	
Zagadnienia grammatyczne: zdania podrzędne złożone, przysłówki, czasowniki zwrotne, zaimek względny, czasowniki modalne: czas przeszły, zdania przydawkowe, zdania porównawcze, czasowe, celowe	30
Zagadnienia leksykalne: przeprowadzanie rozmowy telefonicznej. Zapraszanie i proponowanie, akceptacja i odmowa, wyrażanie własnej opinii, upodobanie i dezaprobaty. Wyrażanie uczucia, woli, przymusu, nakazu i zakazu, zachęty, porównywanie. Ubrania i moda. Dom: wynajem i kupno mieszkania. Życie w mieście i na wsi. Wyrażanie relacji przestrzennych i czasowych	
Semestr: 5	
Forma zajęć : lektorat	
Zagadnienia grammatyczne: czasownik: strona bierna, przymiotnik: odmiana, przysłówki zaimkowe: Konjunktiv II, mowa zależna, spójniki złożone, funkcje czasów	30
Zagadnienia leksykalne: wynajem, zwyczajowe wyrażenia. Stan zdrowia i służba zdrowia. Nauka, studia i praca – plany na przyszłość. Wakacje i podróże. Pogoda. Przeprowadzanie rozmowy w następujących sytuacjach: w sekretariacie, w podróży (na stacji, w pociągu, na lotnisku), w restauracji, w kawiarni, w hotelu, w sklepie, u lekarza, na poczcie	
Literatura	
Podstawowa	
CH. Kuhn, R. Niemann, B. Winzer-Kiontke, Studio d Die Mittelstufe B2/1, Cornelsen	
H. Funk, Ch. Kuhn, Studio [express] A1, A2, B1, Cornelsen	
Uzupełniająca	
Grammatik aktiv, Cornelsen	

Dane dodatkowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej

Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	120	
Konsultacje z prowadzącym	3	
Udział w egzaminie	3	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	10	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	34	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	126	4,2
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	180	6,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Studium J zyków Obcych				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Lektorat j zyka włoskiego				
Course / group of courses:	A Foreign Language Course of Italian				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	215479	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :		fakultatywny	
Rok studiów:	2, 3	Semestr:		3, 4, 5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6
Koordinator:	magister Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, j zyk włoski (100%) , semestr: 4 - j zyk polski, j zyk włoski (100%) , semestr: 5 - j zyk polski, j zyk włoski (100%)				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Umiej tno ci nabyte w poprzednich etapach edukacji w zale no ci od poziomu grupy.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

3	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywnośći, wypowiedź ustna
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podające (objaśnienie (wyjaśnienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, ćwiczenia przedmiotowe, praca z podręcznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ciągu zdarzeń prowadząca do znalezienia rozwiązania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizujące, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwiązanie zawartego w nim problemu), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłuższa dyskusja z oceną i wyborem zwycięzcy), - swobodna wymiana poglądów, także nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wstępne prowadzą do rozwiązania wyłonionego w dyskusji), - mapa myśli), metody eksponujące (materiał audiowizualny)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
<p>wiedza: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywnośći (ocena aktywnośći na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>umiejętności: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywnośći (ocena aktywnośći na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>kompetencje społeczne: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywnośći (ocena aktywnośći na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p>			
Warunki zaliczenia			
Prowadzący zajęcia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowiązkowych treści programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne doświadczenia dydaktyczne, formułuje ocenę, posługując się kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Podczas zajęć rozwijane są cztery sprawności językowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umożliwia zapoznanie się z użyciem języka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia się w umiejętności wyszukania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiejętność uczestniczenia w rozmowie wymagającej bezpośredniej wymiany informacji na znane uczuciu tematy, posługiwania się językiem wyrażającym i zdaniem, by wziąć udział lub podtrzymać rozmowę na dany temat, relacjonowania wydarzeń, opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiejętność pisania dotyczy wyrażenia myśli, opinii w sposób pisany uwzględniający reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowywanie jej do sytuacji. Przejawia się w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomości wynikających z doraźnych potrzeb.			
Content of the study programme (short version)			
During the course four language skills are developed: listening comprehension, reading comprehension, speaking, writing. Listening comprehension allows students to get acquainted with using the language in natural conditions, with pronunciation, accentuation, intonation. Reading comprehension is manifested in the ability to search for specific information, or to understand the general meaning of the text. Speaking is the ability to participate in a dialogue requiring a direct exchange of information on familiar topics, using a series of phrases and sentences necessary to participate or keep the conversation on the given topic, relation of events, describing people, objects, places, presenting and justifying own views. The ability to write refers to expressions of thoughts, written opinions considering grammar and spelling rules, adapting language and form of the situation. It manifests in drafting a letter, an e-mail, notes or news resulting from the immediate needs.			

Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zagadnienia leksykalne:</p> <p>szkoła i system edukacyjny opis i charakterystyka osoby, wspomnienia posiłki i upodobania kulinarne, wyrażanie opinii, przepisy przekazywanie informacji, komentowanie, opowiadanie faktów historycznych praca i jej poszukiwanie, dokumenty, rozmowa formalna wyrażanie emocji, opowiadanie o sobie, charakter i osobowość wywiad, marzenia film i sztuki wizualne, opowiadanie treści, dyskusja zdarzenia drogowe, ruch uliczny pieniądze, banki, firma</p> <p>Zagadnienia gramatyczne:</p> <p>czasy przeszłe i czasowniki posiłkowe, czasowniki zwrotne czas przyszły uprzedni tryb congiuntivo strona bierna czasowniki z przyimkami tryb condizionale przymiotniki - stopień najwyższy zgodność czasów wybrane typy zdań podrzędnych synonimy i przeciwieństwa okresy warunkowe wyrażanie przyszłości określniki rzeczownika</p>	60
Semestr: 4	
Forma zajęć : lektorat	
<p>Zagadnienia leksykalne:</p> <p>media i telewizja, debata muzea i kultura - opis miasta, wystawy, dzieła sztuki zakupy i usługi, produkty - charakterystyka zdrowie i problemy zdrowotne, zdrowy styl życia przyroda i ochrona środowiska</p> <p>Zagadnienia gramatyczne:</p> <p>wyrażanie przeszłości i przyszłości zastosowania trybu congiuntivo - c.d. strona bierna zaimki składnia czasowników, konstrukcje z przyimkami typy zdań współrzędnych złożonych</p>	30
Semestr: 5	

Forma zaj : lektorat	
<p>Zagadnienia leksykalne: rodzina, miłość, przyjaźń, relacje międzyludzkie, wyrażanie uczuć społeczeństwo, państwo, kwestie społeczne i finansowe Włochy dzisiaj - wybrane zagadnienia elementy włoskiej kultury i ciekawostki sport i rozrywki - opinie plany na przyszłość</p> <p>Zagadnienia gramatyczne: spójniki gerundio, participio, bezokolicznik przysłówki wyrażanie życzeń, obawy, oburzenia, celu, zamiaru sugestie i udzielanie porady mowa zależna zdania podrzędne złożone rejestr języka elementy słowotwórstwa</p>	30

Literatura
Podstawowa
M. Bali, G. Rizzo, Nuovo Espresso B2 (z ćwiczeniami: podręcznik ucznia, esercizi supplementari, DVD, Attivit? e giochi, Grammatica, Alma Edizioni, Firenze 2015
M. Bali, G. Rizzo, L. Ziglio, Nuovo Espresso 1, 2, 3 - w uzasadnionych przypadkach, Alma Edizioni, Firenze 2015
Uzupełniająca
A. Mazzetti, P. Manili, M. R. Bagianti, Nuovo qui Italia pi?, Le Monnier, Roma 2018
E. Turra, Azione! Imparare l'italiano con i video A1-B2, Loescher Editore, Torino 2018

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	120
Konsultacje z prowadzącym	3
Udział w egzaminie	3
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	10
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	34
Inne	0
Sumaryczne obciążenie prac studenta	180
Liczba punktów ECTS	
Liczba punktów ECTS	6
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin
	ECTS
	126
	4,2

Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	180	6,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Masa z elementami terapii manualnej				
Course / group of courses:	Massage with Elements of Manual Therapy				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206183	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	8	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	45	Zaliczenie z ocen	4
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	6	LO	30	Egzamin	3
Razem			90		8
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - ----, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu anatomii, fizjologii i biomechaniki narz du ruchu.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologii wysiłku fizycznego	WF1_W05	kolokwium
2	Ma podstawow wiedz na temat nieprawidłowo ci postawy ciała i zaburze narz du ruchu w poszczególnych etapach ontogenezy, które mo na leczy wybranymi terapiami.	WF1_W13	kolokwium
3	ma elementarn wiedz z zakresu profilaktyki urazów sportowych rozró nia podstawowe metody stosowane w rehabilitacji urazów	WF1_W14	kolokwium

3	narz du ruchu, posiada podstawow wiedz na temat bezpiecznego prowadzenia wicze prozdrowotnych dla osób w ka dym wieku	WF1_W14	kolokwium
4	Umiej tnie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wla ciw metod terapeutyczn w przypadku ró nych zespołów bólowych.	WF1_U02	wykonanie zadania
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
6	Wła ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobra i przeprowadzi odpowiednie wiczenia słu ce jej skorygowaniu z zastosowaniem masa u i terapii manualnej	WF1_U11	wykonanie zadania
7	Rozpoznaje podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, wla ciwie dobiera metody terapeutyczne do przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom.	WF1_U17	wykonanie zadania
8	Skutecznie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie zaburze kostno-stawowych i potrafi zastosowa wla ciw metod terapeutyczn w celu diagnozowania patologii narz du ruchu.	WF1_U18	wykonanie zadania
9	wła ciwie wykorzystuje elementy masa u klasycznego, jako uzupełnienie gimnastyki korekcyjnej w terapii wad postawy ciała;	WF1_U19	wykonanie zadania
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i współczucie z powodu ewentualnych schorze	WF1_K06	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Pokaz i obja nienie, nauczanie z wykorzystaniem rodków audiowizualnych, metody praktycznego działania manualnego. Pokaz praktycznych zabiegów z zakresu masa u i terapii manualnej.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:	ocena kolokwium (ocena kolokwium z zakresu teorii masa u i historii leczenia ruchem.)
umiej tno ci:	ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach z zakresu masa u i zabiegów terapeutycznych.)
kompetencje społeczne:	obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr pi ty i szósty. Zaliczenie praktyczne z zakresu wybranych masa y i elementów terapii manualnej. Egzamin semestr szósty --teoretyczny z teorii masa u i terapii manualnej (min. 55% punktów na ocen dst).

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studenta z podstawowymi zagadnieniami dotycz cymi masa u klasycznego, masa u sportowego, izometrycznego, centryfugalnego, sportowego oraz podstaw terapii manualnej Zapoznanie z podstawowymi poj ciami dotycz cymi zasad i metodyki wykonywania masa u klasycznego, podstawowymi zasadami i metodyk wykonywania masa u pourazowego, (centryfugalnego, izometrycznego), masa u klasycznego w wybranych jednostkach chorobowych oraz umiej tno mobilizacji biernych i czynnych na wybranych mi niach i stawach osiowych oraz obwodowych.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

	Liczba godzin
Semestr: 5	
Forma zaj : wykład	
Teoria i metodyka masa u klasycznego. Historia masa u klasycznego i masa u punktowego, historia leczenia ruchem. Metodyka akupresury i refleksoterapii. Teoria i metodyka masa u segmentarnego.	15
Forma zaj : wiczenia laboratoryjne	
Metodyka masa u mi ni grzbietu i mi ni przykr gośłupowych. Metodyka masa u ko czyn dolnych: stopa, staw skokowy, podudzie. Metodyka masa u ko czyn dolnych: staw kolanowy, udo, staw biodrowy. Ko czyna dolna jako cało . Masa całego ciała.	45

Metodyka masa u powłok brzusznych i klatki piersiowej. Metodyka masa u ko czyn górnych: r ka, staw nadgarstkowy, przedrami . Metodyka masa u ko czyn górnych: staw łokciowy, rami , staw barkowy. Ko czyna górna jako cało . Metodyka masa u karku, twarzy, głowy i szyi.	45
--	----

Semestr: 6

Forma zaj : **wiczenia laboratoryjne**

Masa całego ciała. Masa izometryczny. Masa centryfugalny. Refleksoterapia (makrosystem i mikrosystem). Masa sportowy. Masa klasyczny w wybranych jednostkach chorobowych oraz podstawowe zabiegi terapii manualnej	30
--	----

Literatura

Podstawowa

Leszek Magiera , Klasyczny masa leczniczy - teoria i praktyka, Wydawnictwo BIO-STYL, Kraków 2005

Leszek Magiera, Tadeusz Kasperczyk , Segmentarny masa klasyczny - teoria i praktyka, Wydawnictwo BIO-STYL, Kraków 2007

Tadeusz Kasperczyk, Leszek Magiera, Dariusz Mucha, Robert Walaszek, Masa z elementami rehabilitacji, Wydawnictwo REHMED, Kraków 2006

Wojtanowski Wiesław, Terapia manualna w korekcji wad postawy., PWSZ, Tarnów 2009 -

Uzupełniaj ca

Mucha Dariusz, Terapeutyczne mikrosystemy ludzkiego ciała, TERENIA,, Kraków. 1997 -

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
--	-----------------------------------

Sposób okre lenia liczby punktów ECTS

Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaj ciach	90
Konsultacje z prowadz cym	0
Udział w egzaminie	2
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	42
Przygotowanie do kolokwii i egzaminu	42
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	35
Inne	29
Sumaryczne obci enie prac studenta	240

Liczba punktów ECTS

Liczba punktów ECTS	8
----------------------------	----------

Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
		92
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
		115

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymaganych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Metodyczne zastosowanie technik informacyjnych				
Course / group of courses:	Methodical Application of Information Technology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205973	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
	6	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2
Koordinator:	mgr. in . Piotr Kisilewicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr in . Piotr Kisilewicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Umiej tno pracy w systemie Windows. Znajomo pakietów składaj cych si na pakiet MS Office.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	potrafi samodzielnie rozwija wiedz i umiej tno ci pedagogiczne z wykorzystaniem ró nych ródeł, w tym obcoj zycznych, i technologii.	1.2.18	wykonanie zadania
2	potrafi korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych;	WF1_U03	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania

4	wła ciwie ocenia swój wiedź i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)			
(wiczenia, pokaz i obja nienie z wykorzystaniem rodków audiowizualnych.)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Przygotowanie prezentacji (PowerPoint) z wykorzystaniem elementów przygotowanych na wiczeniach. Sprawdzian przenoszenia danych od pliku tekstowego do bazy danych. Wykorzystanie korespondencji seryjnej. Korespondencja komputerowa.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Zapoznanie z dodatkowymi mo liwo ciami pakietu MS Office, porównanie z pakietem Open Office. Podstawowe informacje na temat grafiki komputerowej.			
Content of the study programme (short version)			
Tre ci programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 5			
Forma zaj : zaj cia z technologii informacyjnych			
Przedmiot jest podzielony na dwie główne cz ci. Pierwsza dotyczy umiej tno ci wykorzystania danych w ró nych pakietach pakietu Office. Przenoszenie danych (zapis i odczyt z przeformatowaniem danych). Wykorzystanie tabel (danych tabelarycznych) do ich analizy. Tworzenie konspektów i zestawie pomocnych w pracy trenera i nauczyciela. Opracowanie wyników (wykresy i zestawienia) na przykładzie próby Harwardzkiej (Excel), wydruk za wiadcze z wynikami tej e próby (Word – korespondencja seryjna).			15
Semestr: 6			
Forma zaj : zaj cia z technologii informacyjnych			
Cz druga dotyczy narz dzi graficznych. Zapoznanie z typami plików graficznych i audio, podstawowe zasady edycji. Wykorzystanie narz dzi do tworzenia prezentacji multimedialnych (Power Point, filmiki).			15
Literatura			
Podstawowa			
Gimp			
Movie Maker			
MS Access			
Open Office (Draw)			
Power Point			
Uzupełniaj ca			

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaj ciach	30
Konsultacje z prowadz cym	1

Udział w egzaminie	0	
Bezporedni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpiecze stwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Metodyka edukacji dla bezpiecze stwa				
Course / group of courses:	Education Methodology for Safety				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205849	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2, 3	Semestr:	4, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
3	6		30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4
Koordinator:	magister Tomasz Brzoza				
Prowadz cy zaj cia:	mgr in . Andrzej Kłopocki				
Jzyk wykładowy:	semestr: 4 - jzyk polski, semestr: 6 - jzyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo metodyki prowadzenia zaj			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	posiada zaawansowan wiedz na temat wychowania i ksztalcenia z zakresu nauk o bezpiecze stwie, zna istotn terminologi zwi zan z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka w systemie bezpiecze stwa zbiorowego	WF1_W03	kolokwium
2	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si ;	WF1_W06	kolokwium
3	posiada wiedz na temat współczesnych zagro e dla bezpiecze stwa pa stwowego i narodowego, rozumie jak reagowa na nie z wykorzystaniem wiedzy teoretycznej nabytej w ramach	WF1_W18	kolokwium

3	kursu: metodyka nauk o bezpieczeństwie	WF1_W18	kolokwium
4	zna podstawowe reguły obronności i bezpieczeństwa w kontekście edukacji na rzecz bezpieczeństwa	WF1_W19	kolokwium
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyslenia;	WF1_U07	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
7	właściwie zachowuje się w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, prawidłowo wykorzystuje nabyte umiejętności ruchowe w sytuacjach ekstremalnych;	WF1_U24	wykonanie zadania
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	jest świadomy konieczności wychowywania i edukowania młodego pokolenia w duchu patriotyzmu oraz nieustannego podnoszenia swojej wiedzy w zakresie edukacji proobronnej	WF1_K09	obserwacja zachowa
10	prawidłowo reaguje w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa i motywuje do kolektywnego działania;	WF1_K10	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady, prezentacje multimedialne z zastosowaniem technik komputerowych, praca koncepcyjna i twórcza studentów)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 4 i 6 na podstawie odbytych ćwiczeń

Treści programowe (opis skrócony)

Dydaktyka edukacji dla bezpieczeństwa. Dydaktyka szczegółowa – metodyka edukacji dla bezpieczeństwa. Prawne podstawy edukacji dla bezpieczeństwa. Główne założenia podstawy programowej dla szkoły podstawowej i ponadpodstawowej. Zalecane warunki i sposób realizacji przedmiotu. Współpraca nauczyciela edukacji dla bezpieczeństwa z przedstawicielami wojska, policji i straży pożarnej. Kompetencje i ich kształtowanie w ramach nauczania edukacji dla bezpieczeństwa. Metody nauczania stosowane na lekcjach edukacji dla bezpieczeństwa. Wykonanie programu nauczania, przygotowanie planu szkolenia, projektowanie środowiska materialnego lekcji. Prowadzenie lekcji edukacji dla bezpieczeństwa.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć : **wykład**

Dydaktyka edukacji dla bezpieczeństwa. Dydaktyka szczegółowa – metodyka edukacji dla bezpieczeństwa.

15

Forma zajęć : **wiczenia audytoryjne**

Dydaktyka szczegółowa – metodyka edukacji dla bezpieczeństwa. Prawne podstawy edukacji dla bezpieczeństwa. Główne założenia podstawy programowej dla szkoły podstawowej i ponadpodstawowej. Zalecane warunki i sposób realizacji przedmiotu. Współpraca nauczyciela edukacji dla bezpieczeństwa z przedstawicielami wojska, policji i straży pożarnej.

15

Semestr: 6

Forma zajęć : **wiczenia audytoryjne**

Kompetencje i ich kształtowanie w ramach nauczania edukacji dla bezpieczeństwa. Metody nauczania stosowane na lekcjach edukacji dla bezpieczeństwa. Wykonanie programu nauczania, przygotowanie planu szkolenia, projektowanie środowiska materialnego lekcji. Prowadzenie lekcji edukacji dla bezpieczeństwa.	30
Literatura	
Podstawowa	
Edukacja dla bezpieczeństwa. Wiczenia. , Wydawnictwo Pedagogiczne, Gdynia 2012	
Edukacja dla bezpieczeństwa. Podręcznik. , Wydawnictwo Pedagogiczne, Gdynia 2012	
Program nauczania edukacji dla bezpieczeństwa dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych, MON, Warszawa 2018	
Uzupełniająca	

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	22	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	30	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	7	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	61	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Metodyka treningu prozdrowotnego				
Course / group of courses:	Methodology of Pro-Health Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206185	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			45		3
Koordynator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
podstawowa wiedza z metodyki wychowania fizycznego, znajomo wad postawy i sposobów ich zapobiegania i leczenia			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si	WF1_W06	kolokwium
2	legitymuje si ugruntowan wiedz na temat zasad zdrowego od ywania, prowadzenia zdrowego trybu ycia i zapobiegania chorobom cywilizacyjnym rozumie potrzeb edukowania innych (uczniów, zawodników, podopiecznych) w tym zakresie	WF1_W07	kolokwium
3	ma elementarn wiedz z zakresu profilaktyki urazów sportowych, posiada podstawow wiedz na temat bezpiecznego prowadzenia wicze prozdrowotnych dla osób w ka dym wieku	WF1_W14	kolokwium

4	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny sprawno ci fizycznej lub efektów treningu	WF1_U04	wykonanie zadania
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
6	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku	WF1_U09	wykonanie zadania
7	wła ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz dobra i przeprowadzi odpowiednie wiczenia słu ce jej skorygowaniu	WF1_U11	wykonanie zadania
8	prawidłowo dokonuje podstawowej oceny postawy ciała oraz rozpoznaje podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, wła ciwie doбира metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom	WF1_U17	wykonanie zadania
9	skutecznie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz , potrafi oceni podstawowe parametry opisuj ce ruch, np. zakres ruchu	WF1_U18	wykonanie zadania
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i współczucie z powodu ewentualnych schorze	WF1_K02	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Zaj cia praktyczne na sali korekcyjnej oraz wykłady w formie pokazów multimedialnych, filmy z zakresu metodyki wicze korekcyjnych oraz innych form treningu zdrowotnego)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 6 . Zaliczenie praktyczne i teoretyczne.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Trening zdrowotny - podstawowe poj cia, aktywno fizyczna w ró nych okresach ontogenezy, rodzaje treningu dla poszczególnych jednostek chorobowych, rodzaje i funkcje czasu wolnego, zalecenia i efekty treningu

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

	Liczba godzin
Semestr: 6	
Forma zaj : wykład	
Istota treningu prozdrowotnego. Cele szczegółowe treningu. Etapowo treningu zdrowotnego. Budowa jednostki treningowej i formy jej realizacji. Działania przed i po treningu. Programy treningów zdrowotnych. Promocja zdrowia.	15
Forma zaj : wiczenia laboratoryjne	
Poj cie zdrowia, mierniki zdrowia. Zmienno sprawno ci fizycznej w ontogenezie. Ocena wydolno ci, sprawno ci i aktywno ci ruchowej. Testy sprawno ciowe w praktyce. Trening zdrowotny w prewencji wybranych chorób cywilizacyjnych. Trening zdrowotny kobiet w ci y. Trening zdrowotny na ró nych etapach ontogenezy. Zdrowy kr gosłup. Tok lekcyjny. Test FMS.	30
Literatura	

Podstawowa
Kasperczyk Tadeusz, Wady postawy ciała, diagnostyka i leczenie, Wyd. Kasper, Kraków 1996
Kutzner-Kozińska Maria, Proces korygowania wad postawy, AWF Warszawa, 2001
Owczarek Sławomir, Atlas ćwiczeń korekcyjnych, WSiP, Warszawa 1998
Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	45	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	12	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	15	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	17	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	46	1,5
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może różnić się od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Metodyka wychowania fizycznego				
Course / group of courses:	Methods of Teaching Physical Education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205949	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	8	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	2, 3, 4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	12	Zaliczenie z ocen	1
	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	3	Egzamin	1
Razem			105		8
Koordinator:	dr hab. Eligiusz Madejski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Eligiusz Madejski				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - j zyk polski, semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie rol nauczyciela lub wychowawcy w modelowaniu postaw i zachowa uczniów;	1.1.03	kolokwium

2	zna i rozumie tre ci nauczania i typowe trudno ci uczniów zwi zane z ich opanowaniem;	1.1.14	kolokwium
3	zna i rozumie metody nauczania i doboru efektywnych rodków dydaktycznych, w tym zasobów internetowych, wspomagaj cych nauczanie przedmiotu lub prowadzenie zaj , z uwzgl dnieniem zróżnicowanych potrzeb edukacyjnych uczniów.	1.1.15	kolokwium
4	zna i rozumie miejsce danego przedmiotu lub rodzaju zaj w ramowych planach nauczania na poszczególnych etapach edukacyjnych;	D.1/E.1.W01	kolokwium
5	zna i rozumie podstaw programów danego przedmiotu, cele kształcenia i tre ci nauczania przedmiotu lub prowadzonych zaj na poszczególnych etapach edukacyjnych, przedmiot lub rodzaj zaj w kontekście wcześniejszego i dalszego kształcenia, struktur wiedzy w zakresie przedmiotu nauczania lub prowadzonych zaj oraz kompetencje kluczowe i ich kształtowanie w ramach nauczania przedmiotu lub prowadzenia zaj ;	D.1/E.1.W02	kolokwium
6	zna i rozumie integrację wewnątrz- i międzyprzedmiotową ; zagadnienia związane z programem nauczania - tworzenie i modyfikacja , analiza , ocena , dobór i zatwierdzanie oraz zasady projektowania procesu kształcenia oraz rozkładu materiału;	D.1/E.1.W03	kolokwium
7	zna i rozumie metody realizacji poszczególnych tre ci kształcenia w obrębie przedmiotu lub zaj - rozwiązania merytoryczne i metodyczne, dobre praktyki, dostosowanie oddziaływań do potrzeb i możliwości uczniów lub grup uczniowskich o różnym potencjale i stylu uczenia się , typowe dla przedmiotu lub rodzaju zaj treści uczniowskie, ich role i sposoby wykorzystania w procesie dydaktycznym;	D.1/E.1.W06	kolokwium
8	zna i rozumie rolę diagnozy, kontroli i oceniania w pracy dydaktycznej; ocenianie i jego rodzaje: ocenianie bieżące, semestralne i roczne, ocenianie wewnątrzszkolne i zewnątrzszkolne; funkcje oceny;	D.1/E.1.W10	kolokwium
9	zna i rozumie znaczenie rozwijania umiejętności osobistych i społeczno-emocjonalnych uczniów: potrzeb kształtowania umiejętności współpracy uczniów, w tym grupowego rozwiązywania problemów oraz budowania systemu wartości i rozwijania postaw etycznych uczniów, a także kształtowania kompetencji komunikacyjnych i nawyków kulturalnych;	D.1/E.1.W13	kolokwium
10	zna istotne pojęcia z zakresu kultury fizycznej, posiada podstawową wiedzę na temat miejsca kultury fizycznej w historii, i w systemie nauk oraz jej związków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe wartości kultury fizycznej;	WF1_W01	kolokwium
11	posiada zaawansowaną wiedzę na temat wychowania i kształcenia, zna istotną terminologię związaną z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka;	WF1_W03	kolokwium
12	zna podstawowe teorie dotyczące wychowania, nauczania i uczenia się ;	WF1_W06	kolokwium
13	potrafi rozpoznawać potrzeby, możliwości i uzdolnienia uczniów oraz projektować i prowadzi działania wspierające integralny rozwój uczniów, ich aktywność i uczestnictwo w procesie kształcenia i wychowania oraz w życiu społecznym;	1.2.03	wykonanie zadania
14	potrafi odpowiedzialnie organizować pracę szkolną oraz pozaszkolną ucznia, z poszanowaniem jego prawa do odpoczynku;	1.2.13	wykonanie zadania
15	potrafi skutecznie realizować działania wspierające uczniów w wiadomym i odpowiedzialnym podejmowaniu decyzji edukacyjnych i zawodowych;	1.2.14	wykonanie zadania
16	potrafi przeanalizować rozkład materiału;	D.1/E.1.U02	wykonanie zadania
17	potrafi identyfikować powiązania treści nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć z innymi treściami nauczania;	D.1/E.1.U03	wykonanie zadania
18	potrafi dostosować sposób komunikacji do poziomu rozwojowego uczniów;	D.1/E.1.U04	wykonanie zadania

19	potrafi dobiera metody pracy klasy oraz rodki dydaktyczne, w tym z zakresu technologii informacyjno-komunikacyjnej, aktywizuj ce uczniw i uwzgl dniaj ce ich zró nicowane potrzeby edukacyjne;	D.1/E.1.U07	wykonanie zadania
20	potrafi merytorycznie, profesjonalnie i rzetelnie ocenia prac uczniw wykonywan w klasie i w domu;	D.1/E.1.U08	wykonanie zadania
21	potrafi skonstruowa sprawdzian słu cy ocenie danych umiej tno ci uczniw;	D.1/E.1.U09	wykonanie zadania
22	potrafi rozpozna typowe dla nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj bñ dy uczniowskie i wykorzystysta je w procesie dydaktycznym;	D.1/E.1.U10	wykonanie zadania
23	w formie ustnej, skutecznie prezentuje wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le w zakresie metodyki wychowania fizycznego;	WF1_U07	wykonanie zadania
24	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grup osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
25	posiada umiej tno ci pedagogiczne zwi zane z prowadzeniem procesu nauczania;	WF1_U12	wykonanie zadania
26	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
27	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Wykład, prezentacje Power Point, foliogramy, wiczenia praktyczne, filmy dydaktyczne.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen na podstawie redniej ocen ze sprawdzianów pisemnych oraz praktycznych umiej tno ci opracowywania konspektów, planów oraz prowadzenia i hospitowania lekcji w poszczególnych semestrach - 2, 3, 4. Egzamin ustny po semestrze 4.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z podstawami metodyki wychowania fizycznego, rozwojem ontogenetycznym, metodami i formami, konstruowaniem jednostki lekcyjnej, organizacj wycieczek i młodzie y. Zapoznanie z zasadami nauczania, planowaniem pracy, ocenianiem, organizacj pozalekcyjnych i pozaszkolnych zaj ruchowych. Zapoznanie z podstawami zasadami bhp na lekcji wf., zasadami hospitacji lekcji wf., wiedz zwi zan z przygotowaniem, prowadzeniem i omawianiem lekcji pokazowej. Zapoznanie z podstawami rozwoju zawodowego nauczyciela, planowaniem i dokumentowaniem pracy.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 2

Forma zaj : **wykład**

Wychowanie fizyczne jako przedmiot nauczania w kontek cie psychologicznym, społecznym i politycznym. Funkcje wychowania fizycznego i ich realizacja. Aktualistyczne i prospektywne cele wychowania fizycznego i ich realizacja. Potrzeby rozwojowe i wychowawcze na ró nych etapach rozwoju ontogenetycznego oraz wskazówki dla prowadz cego zaj cia ruchowe w tych grupach. Podstawowe zało enia pracy na koloniach i obozach dla dzieci i młodzie y – zadania kolonii, obowi zki wychowawcy i instruktora, zasady organizacji wycieczek i zaj ruchowych, gimnastyka poranna, zasady bezpiecze stwa. Metody w wietle modernizacji procesu dydaktycznego – systematyka metod, charakterystyka metod nauczania, przekazywania i zdobywania wiadomo ci, wychowawczego oddziaływania. Dobór strategii, form i rodków kształcenia w

15

fizycznej edukacji. Miejsce wychowania fizycznego w ród innych przedmiotów nauczania – integracja mi dzy przedmiotowa.	15
Forma zaj : wiczenia praktyczne	
Sprawy organizacyjne. Struktura lekcji jako jednostki metodycznej - konstruowanie zada . Zasady: wszechstronno ci, zmienno ci pracy mi niowej, racjonalnego narastania wysiłku. Toki ró nych typów lekcji. Pozycje wyj ciowe do wicze : ich podział wg stopnia trudno ci i rodka ci ko ci ciała. Wybrane metody realizacji zada ruchowych (prowadzenia zaj), zale no ich doboru od charakteru zaj i uzdolnie uczniów. Formy organizacyjne prowadzenia lekcji. Zasadno stosowania wicze korekcyjnych w III cz ci lekcji wychowania fizycznego. Wspólna analiza i konstruowanie: lekcji gimnastyki, lekcji ZGS, lekcji LA. Gimnastyka poranna na kolonii. Konstrukcja zaj na siłowni.	30
Semestr: 3	
Forma zaj : wykład	
Dydaktyczne zasady nauczania – zasady zaczerpni te z dydaktyki ogólnej, zasady specyficzne dla nauczyciela wf, zasady doboru tre ci oraz organizacji kształcenia i wychowania. Projektowanie procesu kształcenia – nowoczesne tendencje w programach szkolnych. Planowanie pracy dydaktycznej i wychowawczej w zakresie wf – zasady konstruowania planów. Dokumentacja pracy nauczyciela wychowania fizycznego. Ocenianie i jego rodzaje. Samoocena i samokontrola – jej miejsce w nowoczesnym wychowaniu fizycznym. ródła i struktura wiedzy oraz umiej tno ci przedmiotowych. Wychowanie fizyczne w kontek cie sylwetki absolwenta szkoły. Osobowo nauczyciela wf – badania nad osobowo ci , typologia nauczycieli, style kierowania, przyczyny niepowodze w pracy nauczyciela. Rozwój zawodowy nauczyciela – planowanie i realizacja.	12
Forma zaj : wiczenia praktyczne	
Konstrukcja zaj 2-godzinnych. Zasady konstruowania planu dydaktyczno-wychowawczego dla klasy, planu wynikowego, bud etu godzin, osnowy wielolekcyjnej. Samodzielne tworzenie rocznego bud etu godzin z wf. Organizacja i prowadzenie lekcji w trudnych warunkach: sala zast pcza, korytarz itp. Organizacja i prowadzenie lekcji w warunkach terenowych w ró nych porach roku. Specyfika zaj z dziewcz tami. Organizacja i prowadzenie zaj ruchowych w najmłodszych grupach wiekowych. Organizacja i bezpiecze stwo na lekcji wf. Odpowiedzialno nauczyciela za wypadki. Kwalifikacja lekarska do zaj wychowania fizycznego.	15
Semestr: 4	
Forma zaj : wiczenia praktyczne	
Pozalekcyjne i pozaszkolne formy wychowania fizycznego. SKS, UKS – zało enia pracy, organizacja zaj , przykładowe rozwi zania. Kwalifikacja lekarska do zaj wychowania fizycznego. Organizacja pracy w szkole wicze . Aktywizowanie nie wicz cych na lekcji wf – przykładowe rozwi zania. Dokumentowanie przebiegu lekcji – hospitacja. Wykorzystanie czasu lekcji przez ucznia i nauczyciela. Efektywno zaj wychowania fizycznego. Omówienie kart hospitacji lekcji. Hospitacja lekcji prowadzonej przez nauczyciela w szkole wicze . Prowadzenie lekcji przez studentów w szkole wicze : konsultacje ze studentami przygotowuj cymi si do prowadzenia lekcji, hospitacja lekcji przez grup studentów i pracownika Zakładu, omawianie lekcji i ocena. Nauczycielskie i uczniowskie rytuały na lekcji. Interakcje ucznia i nauczyciela na lekcjach. Rodzice na lekcjach wychowania fizycznego. Kształtowanie kompetencji kluczowych ucznia. Etapy planowania rozwoju zawodowego nauczyciela.	30
Literatura	
Podstawowa	
Bielski J. , Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2005	
Janikowska – Siatka M. , Materiały pomocnicze do wicze z metodyki wychowania fizycznego, Wydawnictwo Skryptowe AWF, Kraków 2006	
Madejski E., W glarz J. , Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2018	
Maszczak T., Metodyka wychowania fizycznego., Wydawnictwo AWF, Warszawa 2004	
Strzy ewski S. , Proces kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej, WSiP, Warszawa 2013	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej		nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS			
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)		Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach		105	
Konsultacje z prowadz cym		1	
Udział w egzaminie		1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)		0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj		45	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu		50	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.		38	
Inne		0	
Sumaryczne obci enie prac studenta		240	
Liczba punktów ECTS			
Liczba punktów ECTS		8	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego		L. godzin	ECTS
		107	3,6
Zaj cia o charakterze praktycznym		L. godzin	ECTS
		170	5,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Monitorowanie i kontrola treningu				
Course / group of courses:	Training Control Monitoring				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205886	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			45		3
Koordinator:	dr Marcin Krawczyk				
Prowadz cy zaj cia:	dr Marcin Krawczyk				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawy anatomii, antropologii, biochemii, fizjologii, psychologii ogólnej i rozwojowej			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi ró nych dyscyplin sportowych oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	zna podstawowe reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych w wybranej dyscyplinie sportowej	WF1_W15	kolokwium
3	rozumie specyfik działalnoci sportowej, w tym specyfik zachowa sportowca	WF1_W16	kolokwium

4	umiejętnie posługuje się podstawowymi sprzętami do pomiarów ciała oraz sprawności motorycznej. Potrafi zastosować właściwe narzędzia pomiarowe;	WF1_U02	obserwacja wykonania zadania
5	właściwie interpretuje dane liczbowe będące wynikami oceny budowy ciała lub sprawności fizycznej lub efektów treningu sportowego;	WF1_U04	wykonanie zadania
6	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny	WF1_U05	wykonanie zadania
7	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, przemyleń;	WF1_U07	obserwacja wykonania zadania
8	prawidłowo przygotowuje działania związane z monitorowaniem i kontrolą treningu z zakresu wybranej dyscypliny sportowej oraz zrealizować je w praktyce	WF1_U20	wykonanie zadania
9	prawidłowo dobiera obciążenia treningowe oraz rodzaje i metody pracy szkoleniowej w zależności od sprawności fizycznej podopiecznych	WF1_U21	obserwacja wykonania zadania
10	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowania
11	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowania
12	docenia prace i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek;	WF1_K08	ocena aktywności

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

metody podające (Wykłady i prezentacje multimedialne. Pokaz wybranych prób sprawnościowych.), metody praktyczne (Działanie praktyczne grupowe oraz indywidualne. Praca własna studentów.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla danego zadania)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowania (obserwacja zachowania indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)

Warunki zaliczenia

Przeprowadzenie dwóch kolokwium zaliczeniowych po opanowaniu partii materiału. Warunkiem zaliczenia jest zaliczenie na ocenę pozytywną obu sprawdzianów. Zaliczenie z oceną po semestrze 4 na podstawie kolokwium sprawdzającego oraz ocenionych na ocenę pozytywną prac kontrolnych

Treści programowe (opis skrócony)

Przeprowadzenie dwóch kolokwium zaliczeniowych po opanowaniu partii materiału. Warunkiem zaliczenia jest zaliczenie na ocenę pozytywną obu sprawdzianów. Zaliczenie z oceną po semestrze 4 na podstawie kolokwium sprawdzającego oraz ocenionych na ocenę pozytywną prac kontrolnych

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć: **wykład**

Potrafi zastosować specyficzne dla danej dyscypliny sportu sprawdziany i próby. Potrafi współpracować z przedstawicielami sztabów szkoleniowych w celu przeprowadzenia niezbędnych badań diagnostycznych.

15

Forma zajęć: **wiczenia praktyczne**

Student posiada wiedzę na temat możliwości antropometrycznych, fizjologicznych i biochemicznych monitorowania i kontrolowania treningu. Potrafi przeprowadzić sprawdziany sprawności fizycznej i wyprowadzić z nich wnioski co do procesu treningowego. Wie co to jest forma sportowa i przetrenowanie. Potrafi oszacować stan wydolności zawodnika. Potrafi zastosować specyficzne dla danej dyscypliny sportu

30

sprawdziany i próby.	30
Literatura	
Podstawowa	
Talaga J. , Sprawno Fizyczna Ogólna – Testy,, Zysk i S-ka 2004	
Zato M., Jastrzbska A., Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	45	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	17	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	17	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	10	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	46	1,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	0,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Obóz letni				
Course / group of courses:	Summer Training Camp				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205969	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	T	75	Zaliczenie z ocen	4
Razem			75		4
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek, mgr Przemysław Markowicz, mgr Ryszard Mróz, dr Mariusz Pociecha				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
zaliczony przedmiot: pływanie			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania

5	prawidłowo s dzuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
7	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
8	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja wykonania zada
9	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja wykonania zada
10	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa
12	uczestniczy w ró nych formach ycia kulturalnego, potrafi ocenia je oraz wykorzysta w kontek cie przedsi biorczo ci i rozwoju ró nych placówek o wiatowych;	WF1_K05	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Zaj cia praktyczne realizowane zgodnie ze specyfik poszczególnych przedmiotów.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działań)

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Sprawdziany praktyczne z przedmiotów; eglarstwo deskowe, pływanie na wodach otwartych i ratownictwo wodne, kajakarstwo, atletyka terenowa, gry i zabawy w terenie. Sprawdzian teoretyczny lub przygotowanie i poprowadzenie na ocen lekcji w terenie. Kolokwium sprawdzaj ce wiedz z poszczególnych dyscyplin sportowych realizowanych podczas obozu.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoretyczne podstawy wybranych dziedzin aktywno ci lub dyscyplin sportowych mo liwych do realizacji jedynie poza murami szkoły: eglarstwo deskowe, pływanie na wodach otwartych z elementami ratownictwa, kajakarstwo, atletyka terenowa, gry i wiczenia terenowe.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zaj : **wiczenia specjalistyczne (terenowe)**

Praktyczna nauka i doskonalenie wybranych elementów techniki podstawowej podanych wy ej dziedzin aktywno ci fizycznej.

Nauczanie startu i zwrotów na desce z aglem, nauczanie eglowania po kursie ostrym i odpadaj cym.

Nauczanie holowania, postugiwania si kołem ratunkowym i rzutk , przeprowadzenia akcji bezpo redniej oraz doskonalenie pływania na dystansie.

Obsługa kajaka, nauczanie skr tów ostrych i łagodnych, dobijanie do pomostu i brzegu, oraz transport kajaka drog l dow .

75

<p>Marszobieg w terenie z wykorzystaniem przeszkód terenowych, wykorzystywanie ciekich zdrowia. Nauczanie posługiwania si busol i map , orientacji w terenie, zasad organizacji biwaku. Organizowanie zwiadów, tropienia oraz patroli terenowych.</p> <p>Nauczanie zasad organizacji wycieczki szkolnej w góry oraz prowadzenia grupy turystycznej szlakami turystycznymi. Wykorzystanie testów do sprawdzania zdolno ci motorycznych. Terenowy trening poszczególnych zdolno ci motorycznych.</p>	75
--	----

Literatura
Podstawowa
Antkowiak R., Materiały informacyjno szkoleniowe - Kajakarstwo, AWF i WFS, Wrocław 1980
Berne I., Zaj cia w terenie, WsiP, Warszawa 1984
Cholewa J, Wybrane elementy turystyki kajakowej, AWF, Kraków, 2004
Granek I., Kajaki i kanadyjki, SiT, Warszawa 1974
Hakke C., Nonas N., Wycieczki i zaj cia terenowe, WsiP , Warszawa 1986
Kiełb M, Lenard J. , Vademecum turysty kajakarza, SiT, Warszawa 1974
Ostrowski Andrzej, Wodne Sporty Rekreacyjne, AWF , Kraków 1992
Waade Barbara, Pływanie sportowe i ratunkowe, AWF, Gda sk 2005
Wirga Z., Windsurfing dla wszystkich, Almapress, Warszawa 2001
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	75	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	15	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	20	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	76	2,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	0,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Obóz w drowny				
Course / group of courses:	Walking Camp				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205970	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	T	35	Zaliczenie z ocen	2
Razem			35		2
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Marcin Bibro, mgr Przemysław Markowicz, dr Mariusz Pociecha, mgr Robert Wardzała				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Posiadanie własnego sprz tu turystycznego (odpowiednia odzie , obuwie, plecak), mapy, przewodniki turystyczne			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje fachow wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie podstawowe poj cia zwi zane z turystyk i rekreacj , zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia,	WF1_W09	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych,	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie jtno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania

4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dżuje podstawowe dyscypliny sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować ją w praktyce;	WF1_U10	praca pisemna
7	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia się przez całe życie;	WF1_U16	wykonanie zadania
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
10	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa
12	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi ocenić je oraz wykorzystać w kontekście przedsięwzięcia i rozwoju różnych placówek o wiatowych;	WF1_K05	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(wiczenia praktyczne, przygotowanie teoretyczne oraz praktyczne wycieczek turystycznych, praktyczny udział w zajęciach turystycznych, wykład, filmy edukacyjne, pogadanka, metoda sytuacyjna, wycieczka, zajęcia terenowe, samokształcenie, E-learning-udostępnianie materiałów dydaktycznych, wykorzystanie platformy edukacyjnej)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu) ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Udział we wszystkich zajęciach praktycznych i teoretycznych podczas obozu w wodnego. wiczenia praktyczne - przygotowanie teoretyczne oraz praktyczne wycieczek turystycznych, prowadzenie wycieczki w określonych dniach. Praktyczny udział w zajęciach turystycznych. Udział w wykładach podczas obozu w wodnego. Filmy edukacyjne. Pogadanka. Metoda sytuacyjna. Wycieczka-zajęcia terenowe. Samokształcenie. E-learning-udostępnianie materiałów dydaktycznych - wykorzystanie platformy edukacyjnej			
Treści programowe (opis skrócony)			
Przygotowanie praktyczne studentów do organizowania wycieczek turystycznych i krajoznawczych. Podstawowa znajomość historii, zabytków oraz topografii najbliższej okolicy.			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 5			

Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (terenowe)	
<p>Praktyczna nauka programowania, planowania, organizowania oraz realizacji wycieczek szkolnych: jednodniowych, kilkudniowych, obozów w drownych, rajdów, zjazdów. Zdobywanie umiejętności prowadzenia wycieczek turystycznych po najbliższej okolicy. Wykazanie się znajomością topografii oraz prawidłowym nazewnictwem najważniejszych krain geograficznych, a także umiejętności czytania mapy, przewodników. Nauka prawidłowego dobierania szlaków turystycznych do wieku, umiejętności wywołania dzieci i młodzieży. Znajomość oznakowania szlaków turystycznych – szlakowskazy oraz czytania tablic informacyjnych umieszczonych na szlakach. Przygotowanie do realizacji zajęć z wychowania fizycznego poza szkołą a także nauka aktywnego wypoczynku w dalszym życiu.</p>	35
Literatura	
Podstawowa	
Gołaszewski J., Paterka S., Wieczorek A., Organizacja wycieczek szkolnych, obozów stałych i w drownych. Rekreacyjne gry ruchowe na obozach i wycieczkach, Poznań 2000	
Wojtycza J., Organizacja turystyki młodzieży szkolnej, Kraków 2000	
Mapy turystyczne, przewodniki, opisy tras turystycznych, ciekawych miejsc, inne materiały dotyczące danej krainy geograficznej.	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	35	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ciel określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	10	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	5	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	36	1,2
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Obóz zimowy				
Course / group of courses:	Winter Training Camp				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205964	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		4	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	T	75	Zaliczenie z ocen	4
Razem			75		4
Koordinator:	dr Mariusz Pociecha				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek, mgr Przemysław Markowicz, dr Mariusz Pociecha				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Przeci tny poziom sprawno ci fizycznej, Umiej tno poruszania si na nartach, utrzymania równowagi na nartach oraz umiej tno korzystania z wyci gu orczykowego w stopniu podstawowym.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna istotne poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada podstawow wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii, i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe warto kultury fizycznej;	WF1_W01	kolokwium
2	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
3	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium

4	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Omówienie, instrukta , pokaz;
prezentacja multimedialna;
metody: zabawowa, zadaniowa, analityczna, syntetyczna, kompleksowa)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne jazdy na nartach, sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria i metodyka nauczania techniki narciarstwa zjazdowego. Teoretyczne aspekty narciarstwa alpejskiego.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (terenowe)

1. Nauka podstawowych elementów techniki narciarstwa alpejskiego - 10h.
2. Nauka skr tów z półpługu, pługu i podstawowych skr tów równoległych - 10h.
3. Nauka skr tu równoległego NW - 10h.
4. Nauka migu - 10h.
5. Wykorzystanie podstawowych ewolucji w je dzie terenowej - 10h.
6. Teoria narciarstwa - 10h.
7. Zaliczenie praktyczne - 12h.
8. Zaliczenie teoretyczne - 3h.

75

Literatura

Podstawowa

Kuchler W., Carving. Kurs jazdy dla pocz tkuj cych i zmieniaj cych technik jazdy., ? – Medica Press, Bielsko-Biała 2002

Marasek A., Bezpiecze stwo w górach - Ratownictwo, SITN- PZN, Kraków 2002

Stawarz P. (red.) , Program nauczania narciarstwa zjazdowego, SITN-PZN, Kraków 2018

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej		nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS			
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)		Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach		75	
Konsultacje z prowadz cym		1	
Udział w egzaminie		0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)		0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj		15	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu		20	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.		9	
Inne		0	
Sumaryczne obci enie prac studenta		120	
Liczba punktów ECTS			
Liczba punktów ECTS		4	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego		L. godzin	ECTS
		76	2,5
Zaj cia o charakterze praktycznym		L. godzin	ECTS
		30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Organizacja i prawo w o wiacie				
Course / group of courses:	Organisation and Law in Education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205979	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1
Koordinator:	dr Marek Smoła				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie struktur i funkcje systemu o wiaty - cele, podstawy prawne, organizacj i funkcjonowanie instytucji edukacyjnych, wychowawczych i opieku czych, a tak e alternatywne formy edukacji	1.1.08	kolokwium
2	zna i rozumie podstawy prawne systemu o wiaty niezbd ne do prawidłowego realizowania prowadzonych działa edukacyjnych;	1.1.09	kolokwium
3	zna i rozumie prawa dziecka i osoby z niepełnosprawno ci ;	1.1.10	kolokwium
4	zna i rozumie warsztat pracy nauczyciela; wła ciwe wykorzystanie czasu lekcji przez ucznia i nauczyciela; zagadnienia zwi zane ze sprawdzaniem i ocenianiem jako ci kształcenia oraz jej ewaluacj , a tak e z konieczno ci analizy i oceny własnej pracy dydaktyczno-	D.1/E.1.W14	kolokwium

4	wychowawczej;	D.1/E.1.W14	kolokwium
5	prezentuje zaawansowaną wiedzę o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawidłowo ci rz dz ce zwi zkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodzą ce między nimi relacje i zakłócenia	WF1_W04	kolokwium
6	władze podstawowe wiedzy z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własności przemysłowej	WF1_W10	kolokwium
7	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemysłu	WF1_U07	wykonanie zadania
8	umiejętnie przedstawia w formie pisemnej program zamierzonych działań oraz dokumentuje wyniki pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych	WF1_U08	wykonanie zadania
9	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
10	jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa
11	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi ocenić je oraz wykorzysta w kontekście przedsięwzięcia i rozwoju różnych placówek o wiatowych	WF1_K05	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład konwersatoryjny, warsztaty, wiczenia, prezentacje Power Point, filmy edukacyjne)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Kolokwia pisemne, ustne odpowiedzi, samodzielne opracowania tematów

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z podstawowymi zasadami organizacji o wiaty i prawa w o wiacie. Interpretacja norm prawnych. Omówienie orzecznictwa sądów. Dzieło autorskie i jego ochrona.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zajęć: **wykład**

Organizacja systemu o wiaty oraz zadania szkół i placówek o wiatowych.
Wychowanie i kształcenie jako proces rozwoju. Plany i aspiracje edukacyjne i zawodowe uczniów.
Szkoly publiczne i niepubliczne. Wychowanie przedszkolne, obowiązek szkolny i obowiązek nauki.
Zarządzanie szkołami i placówkami o wiatowymi. Kompetencje ministra, kuratora, organu prowadzącego, dyrektora, rady pedagogicznej w szkołach publicznych i niepublicznych.
Sprawowanie nadzoru pedagogicznego.
Społeczne organy w systemie o wiaty – ich kompetencje.
Zakładanie, łączenie i likwidacja szkół i placówek. Finansowanie szkół i placówek publicznych.
Szkoly i placówki niepubliczne.
Kształcenie zawodowe i ustawiczne.
Organizacja procesu wychowawczego i dydaktycznego.
Dopuszczalne formy realizacji obowiązków zajęć wychowania fizycznego. Podstawowe zasady i przepisy bhp i ergonomii podczas zajęć wychowania fizycznego (kultury fizycznej) na terenie szkoły i poza

15

szkoł . Zadania i obowiązki nauczyciela, ochrona pracy i ochrona prawna. Ocena pracy. Prawo autorskie jako zabezpieczenie interesów majątkowych twórców oraz wydawców. Ochrona własności przemysłowej: projektów wynalazczych (w tym: wynalazków, wzorów użytkowych, wzorów przemysłowych) znaków towarowych. Prawa autorskie w sieci. Utwory pracownicze.	15
---	----

Literatura	
Podstawowa	
Cajsel W. , Ustawa o sporcie – komentarz,, Warszawa 2011	
Nowakowski A. , Zarządzanie kulturą fizyczną w Polsce w latach 1944-2001, Rzeszów. 2005	
Szwarc A. (red.), Sportowa odpowiedzialność dyscyplinarna z tytułu dopingu w sporcie, Poznań 2017	
Uzupełniająca	

Dane jakościowe

Przygotowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	15	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	7	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	4	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	3	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	30	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	1	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	16	0,5
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Organizacja i zarządzanie w kulturze fizycznej				
Course / group of courses:	The Structure and Management of Physical Education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205978	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :		obowiązkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6		30	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		1
Koordynator:	dr Marek Smoła				
Prowadzący zajęcia:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
Język wykładowy:	semestr: 6 - język polski				

Objaśnienia:

Rodzaj zaj : obowiązkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zajęcia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zajęcia seminaryjne, ZT - zajęcia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wstępne:			
Podstawowe wiadomości prawno-ustrojowe wyniesione z przedmiotu Wiedza o społeczeństwie ze szkoły ponadpodstawowej			
Szczegółowe efekty uczenia się			
Lp.	Student, który zaliczył zajęcia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia się
1	zna i rozumie strukturę i funkcje systemu oświaty - cele, podstawy prawne, organizacji i funkcjonowanie instytucji edukacyjnych, wychowawczych i opiekuńczych, a także alternatywne formy edukacji	1.1.08	kolokwium
2	zna i rozumie sposoby organizowania przestrzeni klasy szkolnej, z uwzględnieniem zasad projektowania uniwersalnego: rodki dydaktyczne (podręczniki i pakiety edukacyjne), pomoce dydaktyczne - dobór i wykorzystanie zasobów edukacyjnych, w tym elektronicznych i obcojęzycznych, edukacyjne zastosowania mediów i technologii informacyjno-komunikacyjnej; myślenie komputacyjne w rozwiązywaniu problemów w zakresie nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć; potrzeb wyszukiwania, adaptacji i tworzenia elektronicznych zasobów edukacyjnych i projektowania multimediów;	D.1/E.1.W08	kolokwium

3	zna i rozumie metody kształcenia w odniesieniu do nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć, a także znaczenie kształtowania postawy odpowiedzialnego i krytycznego wykorzystywania mediów cyfrowych oraz poszanowania praw własności intelektualnej;	D.1/E.1.W09	kolokwium
4	Ma podstawową wiedzę z zakresu prawa i organizacji w kulturze fizycznej, w tym w sporcie	WF1_W10	kolokwium
5	posiada wiedzę niezbędną do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	kolokwium
6	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przebiegów;	WF1_U07	wykonanie zadania
7	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi ocenić je oraz wykorzystać w kontekście przedsięwzięcia i rozwoju różnych placówek o wiatowych;	WF1_K05	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład przy pomocy metod audiowizualnych, omawianie konkretnych instytucji prawa sportowego oraz form organizacyjnych polskiej kultury fizycznej)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Uzyskanie pozytywnych ocen z obu kolokwiów, połączone z aktywnością na zajęciach, np. w formie przygotowania referatów.

Treści programowe (opis skrócony)

Ustrój i organizacja kultury fizycznej w Polsce, z uwzględnieniem czynnika samorządowego, we współczesnej Polsce wraz ze znajomością głównych treści ustawy z 2010 r. o sporcie.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zajęć: **wiczenia audytoryjne**

Konstytucyjne podstawy kultury fizycznej w Polsce (art. 68 ust. 5 Konstytucji RP). Ustrój kultury fizycznej we współczesnej Polsce: a) pionierski, b) pionierski samorządowy. Rozstrzygnięcia organów władzy publicznej (rządowej, samorządowej) dotyczące kultury fizycznej. Pozarządowe podmioty występujące w kulturze fizycznej (stowarzyszenia kultury fizycznej, w tym kluby sportowe, polskie związki sportowe). Amatorstwo i profesjonalizm w sporcie. Podmioty szkolnej kultury fizycznej (SKS, UKS oraz tryb ich powstawania). Organizacja i bezpieczeństwo podczas imprez sportowo-rekreacyjnych. Podstawowe zagadnienia doping i korupcji w sporcie.

30

Literatura

Podstawowa

Cajsel W., Ustawa o sporcie – komentarz, Warszawa 2011

Nowakowski A., Zarządzanie kulturą fizyczną w Polsce w latach 1944-2001, Rzeszów 2000

Szwarc A. (red.), Sportowa odpowiedzialność dyscyplinarna z tytułu doping w sporcie, Poznań 2017

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	0	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	0	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	30	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	1	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	30	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Pedagogika				
Course / group of courses:	Pedagogy				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205961	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3, 4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	4		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	2
Razem			75		6
Koordynator:	dr Wanda Kulesza				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wanda Kulesza				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie system o wiaty: organizacj i funkcjonowanie systemu o wiaty, podstawowe zagadnienia prawa o wiatowego, krajowe i mi dzynarodowe regulacje dotycz ce praw człowieka, dziecka, ucznia oraz osób z niepełnosprawno ciami, znaczenie pozycji szkoły jako instytucji edukacyjnej, funkcje i cele edukacji szkolnej, modele współczesnej szkoły, poj cie ukrytego programu szkoły, alternatywne formy edukacji, zagadnienie prawa wewn trzszkolnego, podstaw programow w kontek cie programu nauczania oraz	B.2.W01	kolokwium

1	działania wychowawczo-profilaktyczne, tematyk oceny jako ci działalno ci szkoły lub placówki systemu o wiaty;	B.2.W01	kolokwium
2	zna i rozumie rol nauczyciela i koncepcje pracy nauczyciela: etyk zawodow nauczyciela, nauczycielsk pragmatyk zawodow - prawa i obowi zki nauczycieli, zasady odpowiedzialno ci prawnej opiekuna, nauczyciela, wychowawcy i za bezpiecze stwo oraz ochron zdrowia uczniów, tematyk oceny jako ci pracy nauczyciela, zasady projektowania cie ki własnego rozwoju zawodowego, rol pocz tkuj cego nauczyciela w szkolnej rzeczywisto ci, uwarunkowania sukcesu w pracy nauczyciela oraz choroby zwi zane z wykonywaniem zawodu nauczyciela;	B.2.W02	kolokwium
3	zna i rozumie wychowanie w kontek cie rozwoju: ontologiczne, aksjologiczne i antropologiczne podstawy wychowania; istot i funkcje wychowania oraz proces wychowania, jego struktur , wła ciwo ci i dynamik ; pomoc psychologiczno-pedagogiczn w szkole - regulacje prawne, formy i zasady udzielania wsparcia w placówkach systemu o wiaty, a tak e znaczenie współpracy rodziny ucznia i szkoły oraz szkoły ze rodowiskiem pozaszkolnym;	B.2.W03	kolokwium
4	zna i rozumie zasady pracy opieku czo-wychowawczej nauczyciela: obowi zki nauczyciela jako wychowawcy klasy, metodyk pracy wychowawczej, program pracy wychowawczej, style kierowania klas , ład i dyscyplin , poszanowanie godno ci dziecka, ucznia lub wychowanka, ró nicowanie, indywidualizacj i personalizacj pracy z uczniami, funkcjonowanie klasy szkolnej jako grupy społecznej, procesy społeczne w klasie, rozwi zywanie konfliktów w klasie lub grupie wychowawczej, animowanie ycia społeczno-kulturalnego klasy, wspieranie samorz dno ci i autonomii uczniów, rozwijanie u dzieci, uczniów lub wychowanków kompetencji komunikacyjnych i umiej tno ci społecznych niezb dnych do nawi zywania poprawnych relacji; poj cia integracji i inkluzji; sytuacj dziecka z niepełnosprawno ci fizyczn i intelektualn w szkole ogólnodost pnej, problemy dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu i ich funkcjonowanie, problemy dzieci zaniedbanych i pozbawionych opieki oraz szkoln sytuacj dzieci z do wiadczeniem migracyjnym; problematyk dziecka w sytuacji kryzysowej lub traumatycznej; zagro enia dzieci i młodzie y: zjawiska agresji i przemocy, w tym agresji elektronicznej, oraz uzale nie , w tym od rodków psychoaktywnych i komputera, a tak e zagadnienia zwi zane z grupami nieformalnymi, podkulturami młodzie owymi i sektami;	B.2.W04	kolokwium
5	zna i rozumie sytuacj uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi: specjalne potrzeby edukacyjne uczniów i ich uwarunkowania (zakres diagnozy funkcjonalnej, metody i narz dzia stosowane w diagnozie), konieczno dostosowywania procesu kształcenia do specjalnych potrzeb edukacyjnych uczniów (projektowanie wsparcia, konstruowanie indywidualnych programów) oraz tematyk oceny skuteczno ci wsparcia uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi;	B.2.W05	kolokwium
6	zna i rozumie zasady pracy z uczniem z trudno ciami w uczeniu si ; przyczyny i przejawy trudno ci w uczeniu si , zapobieganie trudno ciom w uczeniu si i ich wczesne wykrywanie, specyficzne trudno ci w uczeniu si - dysleksja, dysgrafia, dysortografia i dyskalkulia oraz trudno ci w uczeniu si wynikaj ce z dysfunkcji sfery percepcyjno-motorycznej oraz zaburze rozwoju zdolno ci, w tym j zykowych i arytmetycznych, i sposoby ich przewyci nia; zasady dokonywania diagnozy nauczycielskiej i techniki diagnostyczne w pedagogice;	B.2.W06	kolokwium
7	zna i rozumie doradztwo zawodowe: wspomaganie ucznia w projektowaniu cie ki edukacyjno-zawodowej, metody i techniki okre lania potencjału ucznia oraz potrzeb przygotowania uczniów do uczenia si przez całe ycie;	B.2.W07	kolokwium
8	prezentuje zaawansowan wiedz o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawidłowo ci rz dz ce zwi zkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodz ce mi dzy nimi relacje i zakłócenia;	WF1_W04	kolokwium
9	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si ;	WF1_W06	kolokwium
10	potrafi obserwowa sytuacje i zdarzenia pedagogiczne, analizowa je z wykorzystaniem wiedzy pedagogiczno-psychologicznej oraz	1.2.01	wypowied ustna

10	proponowa rozwiązania problemów;	1.2.01	wypowiedź ustna
11	potrafi wybrać program nauczania zgodny z wymaganiami podstawy programowej i dostosować go do potrzeb edukacyjnych uczniów;	B.2.U01	wykonanie zadania
12	potrafi zaprojektować cele własnego rozwoju zawodowego;	B.2.U02	wykonanie zadania
13	potrafi formułować oceny etyczne związane z wykonywaniem zawodu nauczyciela;	B.2.U03	wykonanie zadania
14	potrafi nawiązywać współpracę z nauczycielami oraz ze środowiskiem pozaszkolnym;	B.2.U04	wykonanie zadania
15	potrafi rozpoznawać sytuacje zagrożenia i uzależnienia uczniów;	B.2.U05	wykonanie zadania
16	potrafi zdiagnozować potrzeby edukacyjne ucznia i zaprojektować dla niego odpowiednie wsparcie;	B.2.U06	wykonanie zadania
17	potrafi określić przybliżony potencjał ucznia i doradzić mu cele rozwoju.	B.2.U07	wykonanie zadania
18	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśleń;	WF1_U07	wykonanie zadania
19	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
20	posiada umiejętności pedagogiczne związane z prowadzeniem procesu nauczania;	WF1_U12	wykonanie zadania
21	jest gotów do okazywania empatii uczniom oraz zapewniania im wsparcia i pomocy;	B.2.K01	obserwacja zachowa
22	jest gotów do profesjonalnego rozwiązywania konfliktów w klasie szkolnej lub grupie wychowawczej;	B.2.K02	obserwacja zachowa
23	jest gotów do samodzielnego pogłębiania wiedzy pedagogicznej;	B.2.K03	obserwacja zachowa
24	jest gotów do współpracy z nauczycielami i specjalistami w celu doskonalenia swojego warsztatu pracy.	B.2.K04	obserwacja zachowa
25	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
26	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład konwersatoryjny z użyciem środków multimedialnych
prezentacja scenariuszy zajęć wychowawczych
dyskusja, mapy myśli)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

pozytywna ocena z testu zaliczeniowego
pozytywna ocena z końcowego egzaminu

pozytywna ocena przygotowanych scenariuszy lekcji obecno na zaj ciach (80%)	
Tre ci programowe (opis skrócony)	
Podstawowe poj cia pedagogiczne. Dziedziny wychowania. Rodzaje wychowania. rodowisko wychowawcze. Metody i zasady wychowania. Trudno ci wychowawcze. Niepowodzenia szkolne. Patologie społeczne w grupach uczniowskich.	
Content of the study programme (short version)	
Tre ci programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zaj : wykład	
Specjalne potrzeby edukacyjne uczniów ucze z trudno ciami (projektowanie wsparcia dla uczniów ze specjalnymi trudno ciami edukacyjnymi) Niepowodzenia szkolne. Niepowodzenia dydaktyczne. Niepowodzenia wychowawcze Szkoła – kultura szkoły. Klasa jako grupa społeczna	15
Forma zaj : wiczenia audytoryjne	
Pedagogika jako nauka społeczna. Zwi zek pedagogiki z innymi naukami społecznymi. Podstawowe poj cia pedagogiczne. Wychowanie jako zjawisko społeczne. Rodzaje wychowania. Dziedziny wychowania. Metody i zasady wychowania Edukacja alternatywna	30
Semestr: 4	
Forma zaj : wykład	
Dyscyplina szkolna Patologie społeczne. Sposoby ich zapobiegania. Programy profilaktyczne szkoły Praca z dzieckiem zdolnym - indywidualizacja pracy dydaktyczno – wychowawczej Opracowanie i prezentacja lekcji wychowawczej w zakresie wybranej problematyki wychowawczej Opracowanie i prezentacja scenariuszy zaj z uczniem z trudno ciami edukacyjnymi i z uczniem zdolnym	15
Forma zaj : wiczenia audytoryjne	
rodowisko wychowawcze. Rodzina jako rodowisko wychowawcze. Współpraca szkoły z rodzin . Grupa rówie nicza jako rodowisko wychowawcze. Wychowawczy wpływ mediów. Nauczyciel – jako dydaktyk i wychowawca. Projektowanie cie ki własnego rozwoju Etyka zawodowa nauczyciela Problematyka wypalenia zawodowego w zawodzie nauczyciela wychowania fizycznego Problemowe zachowania uczniów	15
Literatura	
Podstawowa	
Kwieci ski Z., liwerski B., Pedagogika T: I i II, Warszawa 200	
Łobocki M., Teoria wychowania w zarysie., Kraków 2009	
Nowak M., Teorie i koncepcje wychowania, Warszawa 2008	
liwerski B., Pedagogika. Podr cznik akademicki. T: I,II,III, Warszawa 2006	
Uzupełniaj ca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	75	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	40	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	35	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	28	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	2,6
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Pierwsza pomoc przedmedyczna				
Course / group of courses:	First Pre-Medical Aid				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205938	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	1	Semestr:		1	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	LO	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1
Koordinator:	magister Zdzisław Wolak				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Zdzisław Wolak				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zasady bezpiecze stwa i higieny pracy w instytucjach edukacyjnych, wychowawczych i opieku czych oraz odpowiedzialno ci prawnej nauczyciela w tym zakresie, a tak e zasady udzielania pierwszej pomocy;	1.1.11	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz na temat podstawowych parametrów decyduj cych o yciu oraz rozumie proces umierania i mechanizmy mierci	WF1_W05	kolokwium
3	potrafi udziela pierwszej pomocy;	1.2.17	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki podj tych działa ratowniczych	WF1_U07	wykonanie zadania

5	prawidłowo udziela pierwszej pomocy przedmedycznej	WF1_U13	wykonanie zadania
6	wła ciwie ocenia swój wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(obja nienie (wyja nienie, omówienie), pokaz, prezentacja, instrukta , wiczenia przedmiotowe, obserwacja, samokształcenie), e-learning - metody i techniki kształcenia na odległo

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen na któr składa si : ocena z kolokwium, ocena z aktywno na zaj ciach. Zaliczenie w formie pisemnej: test jednokrotnego wyboru (po 1 pkt. za prawidłow odpowied oraz 60% prawidłowych odpowiedzi).

Tre ci programowe (opis skrócony)

Przedmiotem zaj jest post powanie reanimacyjne w stanach bezpo redniego zagro enia ycia, oraz pomoc dora na w innych stanach zagro enia zdrowia i ycia, z wykorzystaniem fantomów do nauki zabiegów ratowniczych. Zapoznanie z podstawowymi aktami prawnymi w obszarze ratownictwa medycznego, oraz organizacj udzielania pomocy w zdarzeniach pojedynczych, mnogich i katastrofach.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zaj : wiczenia laboratoryjne

Pierwsza pomoc w nagłych zdarzeniach, wypadkach, katastrofach i kl skach ywiolowych. Nagłe zatrzymanie kr enia. Proces umierania. Mechanizmy mierci. Definicja mierci. Rozpoznawanie nagłego zatrzymania kr enia. Warunki prowadzenia reanimacji. Post powanie z nieprzytomnym. Technika uło enia boczego podpartego. Udronienie górnych dróg oddechowych – sposoby bezprzyr dowe. Przyczyny i rozpoznanie cz ciowej /całkowitej niedro no ci oddechowej. Technika r koczynu Heimilcha. Sztuczna wentylacja płuc – metody bezprzyr dowe. Ocena skuteczno ci sztucznej wentylacji. Rozpoznanie ostrej niewydolno ci kr enia. Po redni masa serca – 1v.2 ratowników. Resuscytacja dorosłych, noworodków, dzieci, kobiet ci arnych, osób starszych, z zastosowaniem AED. Nagła utrata przytomno ci. Omdlenie. Udar mózgowy, napad drgawkowy. Zatrucia, uk szenia. Ostre stany chorobowe . Utoni cie. Zachły ni cie. Ra enie pr dem i piorunem. Uraz – rana, krwotok, wstrz s krwotoczny. Tamowanie krwotoku, Zwichni cia, złamania otwarte/zamkni te. Oparzenia. Apteczka pierwszej pomocy.

15

Literatura

Podstawowa

www.prc.krakow.pl, Wytyczne Europejskiej Rady Resuscytacji 2015 2015

Mariusz Goniewicz , Pierwsza pomoc, podr cznik dla studentów, PZWL 2016

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]

Udział w zajęciach	15	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	7	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	4	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	3	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	30	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	1	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	16	0,5
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	22	0,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Piłka no na				
Course / group of courses:	Football				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205968	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		5, 6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4
Koordinator:	magister Krzysztof Tomalski				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Krzysztof Tomalski				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Studenci spełniaj je w momencie przyj cia ich na ten kierunek studiów.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania piłki no nej oraz przepisy tej dyscypliny sportu;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si dobrym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie piłki no nej;	WF1_U01	wykonanie zadania

4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dziuje zawody w piłce no nej i futsalu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	przygotowuje konspekt lekcyjny z zakresu piłki no nej i w oparciu o wiedzę płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie ocenia swój wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(-pokaz ,prezentacja
-obja nienie (wyja nienie, omówienie)
-instrukta
-metoda problemowa
-samokształcenie)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (kolokwium pisemne obejmuj ce przepisy, teori i metodyk nauczania)

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena scenariusza lekcji (konspektu))

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest obecno na zaj ciach oraz pozytywna ocena z wszystkich cz stkowych sprawdzianów, wicze /zaj .

W szczególno ci oceniane b d :

Sprawdziany praktycznych umiej tno ci technicznych. Sprawdziany teoretyczne. Ocena prowadzonych przez studentów wicze /zaj .

Semestr V: 1. Obecno i aktywne uczestnictwo w zaj ciach 2. Zaliczenie sprawdzianów teoretycznych -przepisy gry w piłk no n , technika piłki no nej ,organizacja sportu piłkarskiego w Polsce i na wiecie ,historia piłki no nej w Polsce i na wiecie. 3. Zaliczenie sprawdzianów praktycznych- onglerka piłki stop (na przemian lewa prawa), onglerka piłki głow .

Semestr VI: 1. Obecno i aktywne uczestnictwo w zaj ciach. 2. Zaliczenie sprawdzianu teoretycznego-taktyka piłki no nej, przepisy futsalu, szkolenie dzieci i młodzie y. 3. Ocena z przygotowania konspektu i prowadzenia zaj . 4. Praktyczne s dziowanie. 5. Sprawdziany praktyczne-test sprawdzaj cy dokładnie i szybko uderze piłki wewn trznymi cz ciami stopy, kompleksowy sprawdzian kilku elementów technicznych (przyj cie i prowadzenie piłki, strzał na bramk).

Tre ci programowe (opis skrócony)

Wiadomo ci, umiej tno ci i kompetencje wykonywania i nauczania wicze z zakresu piłki no nej. Nauczanie podstaw techniki i taktyki gry oraz metodyki nauczania podstawowych umiej tno ci piłkarskich

Content of the study programme (short version)

Knowledge, skills and competences of performing and teaching exercises in football. Teaching basics of techniques, tactics and methods of teaching basic skills of football.

Tre ci programowe

	Liczba godzin
Semestr: 5	
Forma zaj : wiczenia praktyczne	
Historia gry w piłk no n . Organizacja tego sportu w Polsce i na wiecie. Podniesienie sprawno ci ogólnej i specjalnej studentów. Opanowanie i doskonalenie wszystkich technik piłkarskich oraz umiej tno ich metodycznego nauczania. Poznanie i zrozumienie podstawowych zało e taktycznych.	30
Semestr: 6	

Forma zaj : wiczenia praktyczne	
Analiza i metodyka nauczania podstawowych systemów gry stosowanych w piłce no nej. Poznanie wicze w formie gier i zabaw doskonal cych elementy techniczne. Rodzaje i zastosowanie gier pomocniczych w piłce no nej. Planowanie pracy treningowej. Szkolenie dzieci i młodzie y. Teoretyczne i praktyczne opanowanie przepisów gry w piłk no n . Umiej tno organizacji zawodów piłki no nej. Halowa piłka no na - przepisy. Praktyczne prowadzenie lekcji wychowania fizycznego piłki no nej.	30
Literatura	
Podstawowa	
Bednarski L.,Ko min A. , Piłka no na, AWF, Kraków 1998	
Talaga J., Taktyka piłki no nej, COS, Warszawa 1997	
Przepisy gry w piłk nozn i futsal, PZPN - dost p: https://www.pzpn.pl/	
Uzupełniaj ca	
Bednarski L, Ko min A., Piłka no na. Atlas wicze techniczno-taktycznych, AWF, Kraków 1996	
Talaga J., Atlas wicze piłkarskich- technika, Warszawa 1999	

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	60	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	25	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	10	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	60	2,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	110	3,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Piłka r czna				
Course / group of courses:	Handbal				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205962	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3, 4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Kazimierz Mróz				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c genez , rozwój oraz bie ce wydarzenia w piłce r cznej. Opanował metodyk nauczania elementów technicznych i taktycznych oraz przepisy gry. Potrafi zaplanowa i przeprowadzi rozgrzewk	WF1_W08	kolokwium
2	Zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu piłki r cznej, posiada wiedz na temat BHP; rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych z zakresu organizacji i przeprowadzania imprez sportowych.	WF1_W08, WF1_W11	kolokwium
3	Posiada wysokie umiej tno ci techniczne i fizyczne w zakresie piłki r cznej, prezentuje poziom sprawn o ci fizycznej, umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki.	WF1_U01	obserwacja wykonania zada

4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	obserwacja wykonania zadania
5	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscypliny sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	obserwacja wykonania zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować ją w praktyce;	WF1_U10	obserwacja wykonania zadania
7	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowania
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowania
9	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowania
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowania

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(- objaśnienie (wyjaśnienie, omówienie),
- pokaz, metody: analityczna, syntetyczna, kompleksowa
- instruktaż, metody sytuacyjne, metody aktywizujące, Samokształcenie)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:
ocena kolokwium (ocena kolokwium (określonej formy, np. test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi, test online, sprawdzian, inne))

umiejętności:
obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla danego zadania zawodowego)

kompetencje społeczne:
obserwacja zachowania (obserwacja zachowania indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów.

Treści programowe (opis skrócony)

Geneza i rozwój piłki ręcznej w Polsce i na świecie. Przepisy gry, s dziowanie. Terminologia, systematyka, metodyka. Planowanie i nauczanie techniki, taktyki gry w piłkę ręczną. Opanowanie elementów technicznych i taktycznych umiejętności nauczanie piłki ręcznej w szkołach (wszystkie etapy kształcenia) i uczniowskich klubach sportowych. Zasady organizacji prowadzenia zawodów sportowych w piłce ręcznej.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : wiczenia praktyczne	
Geneza piłki ręcznej w kraju i na świecie. Charakterystyka gry, przygotowanie motoryczne i fizyczne, systematyka elementów technicznych. Nauka i doskonalenie elementów technicznych: sposoby poruszania się w obronie i ataku, chwyt i podania, kozłowanie, rzuty (z przeskokiem, w wysokości, z padem), zwody, zasłony, technika gry na pozycji bramkarza. Kompleksowe wiczenia doskonalące technik pod presją przeciwnika i własnego obciążenia fizycznego. Systematyka elementów taktycznych. Doskonalenie elementów taktyki indywidualnej w obronie i w atakowaniu. - atak szybki (bezpośredni, pośredni, szybkie wznowienie gry po stracie bramki) - atak pozycyjny (2 : 1 : 3 i 2 : 2 : 2)	30
Semestr: 4	
Forma zajęć : wiczenia praktyczne	

<p>Doskonalenie taktyki zespołowej obrony: - obrony ka dy swego - obrony strefowe (6 : 0 i 5 : 1) Nauka i doskonalenie innych systemów gry w ataku i obronie (gra w przewadze, gra w osłabieniu) Wskazówki metodyczne: zasady, metody, formy nauczania, korygowanie błędów, typy lekcji, konstruowanie konspektów. Prowadzenie rozgrzewki na podstawie opracowanego konspektu. Zaliczenie praktyczne, kolokwium. Bezpośrednia obserwacja meczu.</p>	30
--	----

Literatura
Podstawowa
Czerwiński J., Charakterystyka gry w piłkę ręczną, AWF, Gdańsk 1999
Jans W., Atlas wiedzy piłkarza ręcznego 1997
Majorek S., Konspekty do nauczania piłki ręcznej, MZPR, Kraków 2007
Spieszny M., Tabor R., Walczyk L., Piłka ręczna w szkole, C.O.S., Warszawa 2001
Uzupełniająca

Dane jakościowe

Przygotowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	25	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	10	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	60	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	110	3,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Piłka siatkowa				
Course / group of courses:	Volleyball				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205941	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1, 2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4
Koordynator:	magister Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski, semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi teori i metodyk nauczania piłki siatkowej, zna przepisy tej dyscypliny sportu i podstawy treningu sportowego.	WF1_W08	kolokwium
2	Posiada wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego i odpowiedzialnego prowadzenia lekcji w-f, zaj rekreacyjno-sportowych.	WF1_W11	kolokwium
3	Legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci w zakresie gry w piłk siatkow .	WF1_U01	wykonanie zadania

4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	Potrafi zorganizować i s dziować zawody w piłce siatkowej na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y.	WF1_U06	wykonanie zadania
6	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny z zakresu realizacji planu nauczania w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i metodyki nauczania techniki i taktyki gry w piłkę siatkową .	WF1_U10	praca pisemna
7	Potrafi ocenić swoją wiedzę i kompetencje, współpracować w zespole w osi ganiu celów nauczania, jest świadomy zasad i norm etycznych nauczyciela, sportowca i kibica.	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Pokaz i objaśnienie. Prezentacja poszczególnych elementów techniki gry. Filmy edukacyjne.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium (test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi, sprawdzian wiedzy z metodyki nauczania techniki gry))
umiejętności: ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu) ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 1 i 2
Teoria-pisemny sprawdzian przepisów gry w 1 semestrze.
Pisemny sprawdzian dotyczący metodyki nauczania techniki gry i zagadnień związanych z taktyką
Ocena opracowanego konspektu
Praktyczne umiejętności-poprawny pokaz wszystkich elementów techniki gry
Prezentacja skuteczności wykonania odbić piłki, przyjęcia piłki, zagrywki i ataku

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z technikami i taktyką gry w piłkę siatkową oraz znajomość metodyki nauczania gry w piłkę siatkową .

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : wiczenia praktyczne	
Rys historyczny, systematyka elementów techniki gry, metodyka nauczania piłki siatkowej w szkole (metody, formy i zasady), systematyka i metodyka nauczania taktyki ataku i obrony, zasób wiczeń w formie zabawowej, cisiej i fragmentów gry nauczających i doskonalących technik i taktyk . Zasób gier uproszczonych, gier małych, gry szkolnej i właściwej. Specyfika i struktura lekcji piłki siatkowej, przepisy gry.	30
Semestr: 2	
Forma zajęć : wiczenia praktyczne	
Postawa siatkarska, sposoby przemieszczania się po boisku, odbicia sposobem górnym i dolnym obręcz (w tył, w wyskoku), odbicia jednoręczne, odbicia sytuacyjne,	30

wystawianie piłki, zagrywka sposobem dolnym i górnym (rotacyjna i bezrotacyjna), zagrywka z wysokoku, atak w formie kiwni ciał plasingu i zbitcia, blokowanie pojedyncze i grupowe. Praktyczne umiętność działania i organizacji turnieju w piłce siatkowej, prowadzenia przykładowych lekcji wf, opracowanie konspektów zajęć.	30
Literatura	
Podstawowa	
Grzegorz dziel G., Szade D., Nowak B., Piłka siatkowa , AWF , Katowice 2012	
Klocek T., Szczepanik M., , Siatkówka na lekcjach wychowania fizycznego., COS, Warszawa 2003	
Program szkolenia dzieci i młodzieży, Polska Akademia Siatkówki 2016	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	25	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	10	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	60	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	100	3,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Pływanie				
Course / group of courses:	Swimming				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205943	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	7	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	1, 2, 3		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	S	30	Zaliczenie z ocen	2
2	3	S	30	Zaliczenie z ocen	3
Razem			90		7
Koordinator:	magister Ryszard Mróz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Ryszard Mróz				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski, semestr: 2 - j zyk polski, semestr: 3 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
umiej tno pływanie			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania pływania, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dotycz ce pływania, oraz podstawy sportowego treningu pływackiego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych z pływania;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie pływania;	WF1_U01	wykonanie zadania

4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych w pływaniu;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo sędziuje zawody pływackie na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzieży;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu pływania i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
7	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Prezentacja i omówienie techniki oraz metodyki nauczania pływania, działania praktyczne.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie teorii i umiejętności praktycznych po semestrze 1, 2 i 3.

Sprawdzian umiejętności posługiwania się poprawną techniką pływania każdym stylem, ocena rezultatów czasowych na określonych dystansach, sprawdzian umiejętności wykonywania startów i nawrotów. Sprawdzian umiejętności holowania zmęczonego pływaka, holowania tonącego, nurkowania, skoków ratowniczych. Pisemny sprawdzian teoretyczny ze znajomości zagadnień teorii pływania, przepisów i ratownictwa wodnego.

Treści programowe (opis skrócony)

Opanowanie umiejętności posługiwania się poprawną techniką pływania każdym stylem wraz ze startami i nawrotami oraz ich wykorzystanie w pracy z dziećmi i młodzieżą szkolną.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć : **wiczenia specjalistyczne (sportowe)**

Teoria: Cechy środowiska wodnego, cele i zadania poszczególnych etapów procesu nauczania pływania, zasady prowadzenia lekcji nauki pływania, zasady i metody nauczania pływania, sekwencje ruchowe ramion i nóg w poszczególnych stylach, koordynacja pracy ramion, nóg i oddychania, przepisy pływania.

30

Semestr: 2

Forma zajęć : **wiczenia specjalistyczne (sportowe)**

Przedstawienie wiczeń : oswajających z wodą, oddechowych, wypornościowych, pływania statycznego i dynamicznego. Nauczanie ruchów napędowych, koordynacja pracy ramion i nóg z oddychaniem. Nauczanie umiejętności posługiwania się poprawną techniką w pływaniu kraulem na grzbiecie, kraulem na piersiach, abk i delfinem. Starty i nawroty do stylu dowolnego, grzbietowego, klasycznego i zmiennego.

30

Semestr: 3

Forma zajęć : **wiczenia specjalistyczne (sportowe)**

Ratownictwo wodne.

Teoria: Podstawy funkcjonowania ratownictwa wodnego w Rzeczypospolitej Polskiej, przyczyny i okoliczności utonięcia, specyfika ratownictwa wodnego na poszczególnych obszarach wodnych (lód, ciekły,

30

powód , miejsca bagniste), podstawowa wiedza o sprz cie pływaj cym i ratowniczym, prowadzenie akcji ratunkowych z wykorzystaniem sprz tu do ratownictwa wodnego. Praktyka: Nauczanie sposobów pływania stosowanych w ratownictwie (kraul ratowniczy, abka ratownicza, pływanie na boku, abka na grzbiecie), samoratownictwo, skoki ratownicze i sposoby bezpiecznego wej cia do wody, pływanie pod powierzchnią wody i nurkowanie, holowanie osoby zagro onej, ewakuacja z wody.	30
---	----

Literatura
Podstawowa
Ryszard Mróz, Teoria pływania cz. I i II, PWSZ , Tarnów 2009
Andrzej Ostrowski, Zabawy i rekreacja w wodzie, WSiP, Warszawa 2004
Ewa Dybi ska, Andrzej Wójcicki, Wskazówki metodyczne do nauczania pływania, AWF, Kraków 2002
P. Błasiak, M. Chadaj, K. Kurek, Ratownictwo wodne, Warszawa 2001
Ryszard Mróz, Elementy ratownictwa wodnego, PWSZ , Tarnów 2010
Przepisy Pływania FINA, PZP, Warszawa 2019
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	90	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	45	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	45	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	29	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	210	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	7	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	91	3,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	180	6,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy dydaktyki				
Course / group of courses:	Didactics Basics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205935	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			30		2
Koordinator:	dr hab. Eligiusz Madejski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Eligiusz Madejski				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytorjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie tre ci nauczania i typowe trudno ci uczniów zwi zane z ich opanowaniem;	1.1.14	kolokwium
2	zna i rozumie usytuowanie dydaktyki w zakresie pedagogiki, a tak e przedmiot i zadania współczesnej dydaktyki oraz relacj dydaktyki ogólnej do dydaktyk szczególnych;	C.W01	kolokwium
3	zna i rozumie zagadnienie klasy szkolnej jako rodowiska edukacyjnego: style kierowania klas , problem ładu i dyscypliny, procesy społeczne w klasie, integracj klasy szkolnej, tworzenie rodowiska sprzyjaj cego post pom w nauce oraz sposób nauczania w klasie zró nicowanej pod wzgl dem poznawczym, kulturowym,	C.W02	kolokwium

3	statusu społecznego lub materialnego;	C.W02	kolokwium
4	zna i rozumie współczesne koncepcje nauczania i cele kształcenia - różła, sposoby ich formułowania oraz ich rodzaje; zasady dydaktyki, metody nauczania, tre ci nauczania i organizacj procesu kształcenia oraz pracy uczniów;	C.W03	kolokwium
5	zna i rozumie zagadnienie lekcji jako jednostki dydaktycznej oraz jej budow , modele lekcji i sztuk prowadzenia lekcji, a tak e style i techniki pracy z uczniami; interakcje w klasie; rodki dydaktyczne;	C.W04	kolokwium
6	zna i rozumie konieczno projektowania dzła edukacyjnych dostosowanych do zró nicowanych potrzeb i mo liwo ci uczniów, w szczególno ci mo liwo ci psychofizycznych oraz tempa uczenia si , a tak e potrzeb i sposoby wyrównywania szans edukacyjnych, znaczenie odkrywania oraz rozwijania predyspozycji i uzdolnie oraz zagadnienia zwi zane z przygotowaniem uczniów do udziału w konkursach i olimpiadach przedmiotowych; autonomi dydaktyczn nauczyciela;	C.W05	kolokwium
7	zna i rozumie sposoby i znaczenie oceniania osi gni szkolnych uczniów: ocenianie kształtuj ce w kontek cie efektywno ci nauczania, wewn trzszkolny system oceniania, rodzaje i sposoby przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów zewn trznych; tematyk oceny efektywno ci dydaktycznej nauczyciela i jako ci działalno ci szkoły oraz edukacyjn warto dodan ;	C.W06	kolokwium
8	zna i rozumie kompetencje merytoryczne, dydaktyczne i wychowawcze nauczyciela, w tym potrzeb zawodowego rozwoju, tak e z wykorzystaniem technologii informacyjnokomunikacyjnej, oraz dostosowywania sposobu komunikowania si do poziomu rozwoju uczniów i stymulowania aktywno ci poznawczej uczniów, w tym kreowania sytuacji dydaktycznych; znaczenie autorytetu nauczyciela oraz zasady interakcji ucznia i nauczyciela w toku lekcji; moderowanie interakcji mi dzy uczniami; rol nauczyciela jako popularyzatora wiedzy oraz znaczenie współpracy nauczyciela w procesie dydaktycznym z rodzicami lub opiekunami uczniów, pracownikami szkoły i rodowiskiem pozaszkolnym;	D.1/E.1.W04	kolokwium
9	zna i rozumie konwencjonalne i niekonwencjonalne metody nauczania, w tym metody aktywizuj ce i metod projektów, proces uczenia si przez działanie, odkrywanie lub dociekanie naukowe oraz prac badawcz ucznia, a tak e zasady doboru metod nauczania typowych dla danego przedmiotu lub rodzaju zaj ;	D.1/E.1.W05	kolokwium
10	zna i rozumie egzaminy ko cz ce etap edukacyjny i sposoby konstruowania testów, sprawdzianów oraz innych narz dzi przydatnych w procesie oceniania uczniów w ramach nauczanego przedmiotu;	D.1/E.1.W11	kolokwium
11	zna i rozumie diagnoz wst pn grupy uczniowskiej i ka dego ucznia w kontek cie nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj oraz sposoby wspomagania rozwoju poznawczego uczniów; potrzeb kształtowania poj , postaw, umiej tno ci praktycznych, w tym rozwi zywania problemów, i wykorzystywania wiedzy; metody i techniki skutecznego uczenia si ; metody strukturyzacji wiedzy oraz konieczno powtarzania i utrwalania wiedzy i umiej tno ci;	D.1/E.1.W12	kolokwium
12	zna i rozumie potrzeb kształtowania u ucznia pozytywnego stosunku do nauki, rozwijania ciekawo ci, aktywno ci i samodzielno ci poznawczej, logicznego i krytycznego my lenia, kształtowania motywacji do uczenia si danego przedmiotu i nawyków systematycznego uczenia si , korzystania z ró nych ródeł wiedzy, w tym z Internetu, oraz przygotowania ucznia do uczenia si przez całe ycie przez stymulowanie go do samodzielnej pracy.	D.1/E.1.W15	kolokwium
13	zna poj cia z zakresu systemu nauki, w tym dydaktyki i ich powi zania z wychowaniem fizycznym;	WF1_W01	kolokwium
14	zna podstawowe teorie wychowania, nauczania i uczenia si	WF1_W06	kolokwium
15	potrafi wykorzystywa proces oceniania i udzielania informacji zwrotnych do stymulowania uczniów w ich pracy nad własnym rozwojem;	1.2.10	wykonanie zadania

16	potrafi pracować z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, w tym z dziećmi z trudnościami adaptacyjnymi związanymi z doświadczeniem migracyjnym, pochodzącymi z środowisk zagrożonych pod względem kulturowym lub z ograniczoną znajomością języka polskiego;	1.2.12	wykonanie zadania
17	potrafi zidentyfikować potrzeby dostosowania metod pracy do klasy zagrożonej pod względem poznawczym, kulturowym, statusu społecznego lub materialnego;	C.U01	wykonanie zadania
18	potrafi zaprojektować działania służące integracji klasy szkolnej;	C.U02	wykonanie zadania
19	potrafi dobrać metody nauczania do nauczanych treści i zorganizować pracę uczniów;	C.U03	wykonanie zadania
20	potrafi wybrać model lekcji i zaprojektować jej strukturę;	C.U04	wykonanie zadania
21	potrafi zaplanować pracę z uczniem zdolnym, przygotowując go do udziału w konkursie przedmiotowym lub współzawodnictwie sportowym;	C.U05	wykonanie zadania
22	potrafi dokonać oceny pracy ucznia i zaprezentować ją w formie oceny kształtującej;	C.U06	wykonanie zadania
23	potrafi identyfikować typowe zadania szkolne z celami kształcenia, w szczególności z wymaganiami ogólnymi podstawy programowej, oraz z kompetencjami kluczowymi;	D.1/E.1.U01	wykonanie zadania
24	potrafi podejmować skuteczną współpracę w procesie dydaktycznym z rodzicami lub opiekunami uczniów, pracownikami szkoły i środowiskiem pozaszkolnym;	D.1/E.1.U06	wykonanie zadania
25	potrafi przeprowadzić wstępne diagnozy umiejętności ucznia.	D.1/E.1.U11	wykonanie zadania
26	skutecznie prezentuje wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśleń w zakresie dydaktyki;	WF1_U07	wykonanie zadania
27	posiada umiejętności pedagogiczne związane z prowadzeniem procesu nauczania wychowania fizycznego;	WF1_U12	wykonanie zadania
28	jest gotów do twórczego poszukiwania najlepszych rozwiązań dydaktycznych sprzyjających postępowi uczniów;	C.K01	ocena aktywności
29	jest gotów do promowania odpowiedzialnego i krytycznego wykorzystywania mediów cyfrowych oraz poszanowania praw własności intelektualnej;	D.1/E.1.K04	obserwacja zachowa
30	jest gotów do kształtowania umiejętności współpracy uczniów, w tym grupowego rozwiązywania problemów;	D.1/E.1.K05	obserwacja zachowa
31	ocenia swoją wiedzę, a w razie problemów dydaktycznych zasięga opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
32	okazuje szacunek współpracownikom, uczniom i innym uczestnikom procesu dydaktycznego;	WF1_K02	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład, prezentacje Power Point, ćwiczenia praktyczne.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)

Warunki zaliczenia	
Zaliczenie z ocen semestr 1, egzamin ustny semestr 1.	
Tre ci programowe (opis skrócony)	
Zapoznanie z przedmiotem i zadaniami dydaktyki, systemami dydaktycznymi, celami i tre ciami kształcenia, procesem nauczania i uczenia si . Zapoznanie z zasadami i metodami kształcenia w dydaktyce, rodkami dydaktycznymi. Zapoznanie z planowaniem pracy nauczyciela, niepowodzeniami szkolnymi, ocenianiem oraz typami i struktur lekcji	
Content of the study programme (short version)	
Tre ci programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zaj : wykład	
Wykłady sem. 1 Przedmiot i zadania dydaktyki. Dydaktyka jako nauka. Systemy dydaktyczne a polski system kształcenia w zreformowanej szkole. Warto ci i cele kształcenia. Tre ci kształcenia. Proces nauczania – uczenia si . Zasady i metody kształcenia w procesie dydaktyki. rodki dydaktyczne. Planowanie pracy dydaktycznej nauczyciela. Powodzenia i niepowodzenia szkolne. Niepowodzenia szkolne: przyczyny, skutki i zapobieganie niepowodzeniom szkolnym.	15
Forma zaj : wiczenia audytoryjne	
wiczenia sem. 1 Organizacja do zaj : tematyka, literatura, warunki zaliczenia. Analiza podstawowych poj dydaktycznych: kształcenie, nauczanie, uczenie si , i im pochodne. Charakterystyka podstawowych metod i technik badawczych w dydaktyce - prezentacje w grupach. Podobie stwa i ró nice mi dzy systemami dydaktycznymi. Podstawa programowa, plany i programy nauczania. Kształcenie ustawiczne. Samokształcenie: istota samokształcenia, cele i zadania samokształcenia, wdra anie do samokształcenia, samokształcenie w systemie edukacji. Charakterystyka strategii i poszczególnych metod kształcenia. Kryteria doboru metod kształcenia. Lekcja jako podstawowa forma nauczania - uczenia si . Ocenianie w procesie kształcenia: kryteria oceny szkolnej, zmiany w systemie oceniania.	15
Literatura	
Podstawowa	
Kupisiewicz Cz. , Dydaktyka. Podr cznik akademicki., Oficyna wydawnicza Impuls, Kraków 2012	
Kupisiewicz Cz. , Dydaktyka ogólna, Oficyna Wydawnicza Graf-Punkt, Warszawa 2000	
Kupisiewicz Cz. , Podstawy dydaktyki, WSiP, Warszawa 2006	
Oko W., Wprowadzenie do dydaktyki ogólnej, Wydawnictwo Akademickie „ ak”, Warszawa 2003	
Uzupełniają ca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaj ciach	30
Konsultacje z prowadz cym	1
Udział w egzaminie	1
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0

Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	13	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	5	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	23	0,8

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy odnowy biologicznej				
Course / group of courses:	Wellness Basics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205885	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4
Koordinator:	dr hab. Zbigniew Szyguła				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Dorota Ogarek, dr hab. Zbigniew Szyguła				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski, j zyk angielski (100%)				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo zagadnie z anatomii człowieka, fizjologii wysiłku i patofizjologii narz du ruchu.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Student ma wiedz na temat procesów zm czenia, przem czenia, przetrenowania i wypoczynku oraz ich wpływ na zdrowie i wydolno człowieka. Student ma wiedz na temat przyczyn i mechanizmów powstawania przeci e fizycznych ustroju, ostrych stanów pourazowych oraz ich profilaktyki i post powania.	WF1_W13	kolokwium
2	Student ma wiedze na temat działania na organizm stosowanych w odnowie biologicznej, a tak e na temat działania dozwolonych i niedozwolonych metod i rodków wspomagaj cych.	WF1_W14	kolokwium
3	Student umie rozpozna objawy zm czenia, przem czenia, przetrenowania organizmu i nieprawidłowego stanu zdrowia wymagaj cego natychmiastowej pomocy.	WF1_U02	wykonanie zadania

4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	Student włą ciwie dokonuje oceny zmęczenia, przemęczenia i przetrenowania oraz potrafi dobrać odpowiednie środki i metody odnowy biologicznej.	WF1_U11	wykonanie zadania
6	Student wie jak posługiwać się podstawowymi środkami i metodami odnowy biologicznej, zna przeciwwskazania do ich stosowania.	WF1_U17	wykonanie zadania
7	Student i umie zaprojektować program odnowy biologicznej dla sportowca.	WF1_U18	wykonanie zadania
8	włą ciwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i współczucie z powodu ewentualnych schorzeń.	WF1_K06	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady, pokazy multimedialne, ćwiczenia praktyczne)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Wymagana obecność na zajęciach, przygotowanie programu odnowy biologicznej dla wybranej osoby/zawodnika, test kolokwium.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie słuchaczy z teoretycznymi podstawami przecięnienia i przetrenowania zawodnika i ich wpływ na zdrowie i wydolność sportowca. Zapoznanie studentów z procesami restytucji powysiłkowej. Zapoznanie studentów ze stosowaniem metod i środków stosowanych w odnowie biologicznej zawodnika.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć: **wykład**

Odnowa biologiczna mity i fakty, podłoże teoretyczne. Homeostaza a wydolność fizyczna. Wysiłek fizyczny i inne czynniki zaburzające homeostaz organizmu. Homeostaza a wspomaganie. Możliwość wysiłkowe człowieka z medycznego punktu widzenia. Czynniki wewnętrzne warunkujące możliwość wysiłkowe człowieka. Plastyczność i adaptacja. Pojęcie zdrowia i choroby w aspekcie zdolności wysiłkowych. Wpływ procesów starzenia na zdolność do wysiłku fizycznego. Możliwość wysiłkowe człowieka w kontekście zmian patofizjologicznych. Czynniki zewnętrzne (rodowiskowe) wpływające na możliwość wysiłkowe człowieka. Wysiłek w ekstremalnych warunkach termicznych otoczenia i ich wpływ na organizm. Zmęczenie definicja, przyczyny, rodzaje zmęczenia i objawy. Przemęczenie i przetrenowanie przyczyny, typy przetrenowania, objawy, wpływ na organizm. Zmiany w układzie hormonalnym i odpornościowym towarzyszące zmęczeniu i przetrenowaniu. Restytucja powysiłkowa - włąciwość i przebieg procesów wypoczynkowych.

30

Forma zajęć: **wiczenia laboratoryjne**

Odnowa biologiczna teoria, środki i metody odnowy biologicznej. Zasady stosowania środków odnowy biologicznej z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań do ich stosowania. Najczęściej spotykane uszkodzenia narządów ruchu obserwowane w sporcie i rekreacji, profilaktyka uszkodzeń, doleczanie po obrażeniach narządu ruchu w sporcie. Ogólne zasady stosowania odnowy biologicznej w celu optymalizacji procesów wypoczynkowych. Ogólne zasady programowania procesów odnowy biologicznej. Zasady i nauka

30

programowania procesów odnowy biologicznej w różnych dyscyplinach sportowych z uwzględnieniem okresów treningowych.	30
Literatura	
Podstawowa	
Brzozowski K., Herzig M., Odnowa biologiczna i psychiczna menadżerów sportu, Polska Korporacja Menadżerów Sportu, Warszawa 2001	
Gieremek K., Dec L., Zmęczenie i regeneracja sił, odnowa biologiczna, Has-Med.s.c., Katowice 2000	
Kasperczyk T., Fenczyn J., Podręcznik odnowy psychosomatycznej, PZWŁ, Warszawa 1996	
Uzupełniająca	
Jegier A. (red.), Dozwolone i niedozwolone wspomaganie zdolności wysiłkowych człowieka., Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej, Łódź 2007	
Jethon Z., Fizjologiczne podstawy odnowy biologicznej w sporcie, Instytut Sportu, Warszawa 1982	
Lisewska I., Odnowa biologiczna sportowców, PKOL, Warszawa 1971	
Williams M. H., Granice wspomagania, Medicina Sportiva, Kraków 1999	

Dane jako ciowe

Przyporządowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	20	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	20	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	19	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	61	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy odnowy biologicznej				
Course / group of courses:	Wellness Basics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206179	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Zaliczenie z ocen	1
Razem			60		3
Koordynator:	dr hab. Zbigniew Szyguła				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Dorota Ogarek, dr hab. Zbigniew Szyguła				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski, j zyk angielski (100%)				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo zagadnie z anatomii człowieka, fizjologii wysiłku i patofizjologii narz du ruchu.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Student ma wiedz na temat procesów zm czenia, przem czenia, przetrenowania i wypoczynku oraz ich wpływ na zdrowie i wydolno człowieka. Student ma wiedz na temat przyczyn i mechanizmów powstawania przeci e fizycznych ustroju, ostrych stanów pourazowych oraz ich profilaktyki i post powania.	WF1_W13	kolokwium
2	Student ma wiedze na temat działania na organizm stosowanych w odnowie biologicznej, a tak e na temat działania dozwolonych i niedozwolonych metod i rodków wspomagaj cych.	WF1_W14	kolokwium
3	Student umie rozpozna objawy zm czenia, przem czenia, przetrenowania organizmu i nieprawidłowego stanu zdrowia wymagaj tego natychmiastowej pomocy.	WF1_U02	wykonanie zadania

4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	Student właściwie dokonuje oceny zmęczenia, przemęczenia i przetrenowania oraz potrafi dobrać odpowiednie środki i metody odnowy biologicznej.	WF1_U11	wykonanie zadania
6	Student wie jak posługiwać się podstawowymi środkami i metodami odnowy biologicznej, zna przeciwwskazania do ich stosowania.	WF1_U17	ocena aktywności
7	Student i umie zaprojektować program odnowy biologicznej dla sportowca.	WF1_U18	ocena aktywności
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i współczucie z powodu ewentualnych schorzeń.	WF1_K06	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady, pokazy multimedialne, wyczenia praktyczne)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium test z pytaniami jednokrotnego wyboru.)

umiejętności:

ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wyczeniach, na laboratorium, innych formach zajęć)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Wymagana obecność na zajęciach, przygotowanie programu odnowy biologicznej dla wybranej osoby/zawodnika, test końcowy.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie słuchaczy z teoretycznymi podstawami przeciżenia i przetrenowania zawodnika i ich wpływ na zdrowie i wydolność sportowca. Zapoznanie studentów z procesami restytucji powysiłkowej. Zapoznanie studentów ze stosowaniem metod i środków stosowanych w odnowie biologicznej zawodnika.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 3

Forma zajęć: **wykład**

Odnowa biologiczna mity i fakty, podłoże teoretyczne. Homeostaza a wydolność fizyczna. Wysiłek fizyczny i inne czynniki zaburzające homeostaz organizmu. Homeostaza a wspomaganie. Możliwość wysiłkowe człowieka z medycznego punktu widzenia. Czynniki wewnętrzne warunkujące możliwość wysiłkowe człowieka. Plastyczność i adaptacja. Pojęcie zdrowia i choroby w aspekcie zdolności wysiłkowych. Wpływ procesów starzenia na zdolność do wysiłku fizycznego. Możliwość wysiłkowe człowieka w kontekście zmian patofizjologicznych. Czynniki zewnętrzne (rodowiskowe) wpływające na możliwość wysiłkowe człowieka. Wysiłek w ekstremalnych warunkach termicznych otoczenia i ich wpływ na organizm. Zmęczenie definicja, przyczyny, rodzaje zmęczenia i objawy. Przemęczenie i przetrenowanie przyczyny, typy przetrenowania, objawy, wpływ na organizm. Zmiany w układzie hormonalnym i odpornościowym towarzyszące zmęczeniu i przetrenowaniu. Restytucja powysiłkowa - właściwość i przebieg procesów wypoczynkowych.

30

Forma zajęć: **wyczenia laboratoryjne**

Odnowa biologiczna teoria, środki i metody odnowy biologicznej. Zasady stosowania środków odnowy biologicznej z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań do ich stosowania. Najczęściej spotykane uszkodzenia narządów ruchu obserwowane w sporcie i rekreacji, profilaktyka uszkodzeń, doleczanie po obrażeniach narządu ruchu w sporcie. Ogólne zasady stosowania odnowy biologicznej w celu optymalizacji

30

procesów wyczynkowych. Ogólne zasady programowania procesów odnowy biologicznej. Zasady i nauka programowania procesów odnowy biologicznej w ró nych dyscyplinach sportowych z uwzgl dnieniem okresów treningowych.	30
---	----

Literatura	
Podstawowa	
Brzozowski K., Herzig M. , Odnowa biologiczna i psychiczna menad erów sportu, Polska Korporacja Menad erów Sportu, Warszawa 2001	
Gieremek K., Dec L. , Zm czenie i regeneracja sił, odnowa biologiczna, Has-Med.s.c., Katowice 2000	
Kasperczyk T., Fenczyn J. , Podr cznik odnowy psychosomatycznej, PZWL, Warszawa 1996	
Uzupełniają ca	
Jegier A. (red.) , Dozwolone i niedozwolone wspomaganie zdolno ci wysiłkowych człowieka., Polskie Towarzystwo Medycyny Sportowej, Łód 2007	
Jethon Z , Fizjologiczne podstawy odnowy biologicznej w sporcie, Instytut Sportu, Warszawa 1982	
Lisewska I. , Odnowa biologiczna sportowców, PKOL, Warszawa 1971	
Williams M. H. , Granice wspomagania, Medicina Sportiva, Kraków 1999	

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	60	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	61	2,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy rekreacji i turystyki				
Course / group of courses:	Physical Recreation and Tourism Basics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205939	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Przemysław Markowicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje fachow wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie podstawowe poj cia zwi zane z turystyk i rekreacj , zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia;	WF1_W09	wypowied ustna
2	potrafi kreowa sytuacje dydaktyczne słu ce aktywno ci i rozwojowi zainteresowa uczniów oraz popularyzacji wiedzy;	D.1/E.1.U05	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemyle ;	WF1_U07	wykonanie zadania

4	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w danym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
5	posiada umiejętności pedagogiczne związane z prowadzeniem procesu nauczania;	WF1_U12	wykonanie zadania
6	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia się przez całe życie;	WF1_U16	wykonanie zadania
7	jest gotów do popularyzowania wiedzy wśród uczniów i w środowisku szkolnym oraz pozaszkolnym;	D.1/E.1.K02	obserwacja zachowa
8	jest gotów do rozwijania u uczniów ciekawości, aktywności i samodzielności poznawczej oraz logicznego i krytycznego myślenia;	D.1/E.1.K07	obserwacja zachowa
9	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	samoocena

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji (PP)
 objaśnienie (wyjaśnienie, omówienie),
 wykład problemowy
 wykład konwersatoryjny,
 metoda problemowa,
 metoda sytuacyjna,
 samokształcenie,
 E-learning, udostępnianie materiałów dydaktycznych, wykorzystanie platformy edukacyjnej)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:
 ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej;
 ocena wystąpienia podczas prezentacji multimedialnej);

umiejętności:
 ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach, na laboratorium, innych formach zajęć)

kompetencje społeczne:
 obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)
 samoocena (ocena własnych umiejętności lub kompetencji dokonana przez studenta)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest obecność na wszystkich zajęciach, ocena pozytywna z wszystkich testów na temat turystyki i rekreacji.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez rekreacyjnych i turystycznych w szkole oraz poza szkołą. Wykorzystanie różnych nowoczesnych form rekreacji i turystyki do uatrakcyjnienia obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowiązkowych.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć: **wykład**

Zarys dziejów rekreacji na świecie oraz w Polsce, podstawowe pojęcia i definicje związane z rekreacją ruchową, znaczenie rekreacji ruchowej w życiu współczesnego człowieka, społeczne i kulturowe podstawy rekreacji ruchowej, wybrane zagadnienia z metodyki rekreacji ruchowej, rekreacja ruchowa osób o specjalnych potrzebach, podział rekreacji na rodzaje, rekreacja ruchowa a sport, imprezy rekreacyjne a imprezy sportowe – podobieństwa i różnice, organizacja rekreacji – sektor publiczny, społeczny i prywatny w rekreacji

Wykłady – turystyka:
 Zarys dziejów turystyki na świecie, w Polsce oraz w Tarnowie, wprowadzenie do turystyki współczesnej – podstawowe pojęcia i definicje związane z turystyką, cele turystyki (poznawczy, rekreacyjny, zdrowotny), funkcje i dysfunkcje współczesnej turystyki, podział turystyki ze względu na: rodzaje i formy, zasady organizacji imprez turystyki kwalifikowanej – na przykładzie rajdu i obozu w drzewnym

Wykłady – rekreacja i turystyka:

15

Organizacyjno – prawne podstawy działalności nauczyciela w zakresie rekreacji ruchowej i turystyki w szkołach (rekreacja ruchowa i turystyka w świetle dzisiejszych przepisów prawnych i ustaw).	15
--	----

Literatura

Podstawowa

Uri ek M., Obody ski K., Syntetyczne podstawy rekreacji i turystyki, Rzeszów 2006

Strugarek J., Organizacja i prowadzenie imprez sportowych, rekreacyjnych i turystycznych, UAM, Pozna 2007

Wojtasik L., Tauber R.D., Turystyka i rekreacja we współczesnym świecie, Wy sza Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Pozna 2011

Uzupełniają ca

Gołaszewski J., Paterka S., Wieczorek A., Organizacja wycieczek szkolnych, obozów stałych i w drownych, AWF, Pozna 2000

Gospodarek J., Prawo w turystyce i rekreacji, Warszawa 2007

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	15	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	7	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	4	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	3	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	30	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	1	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	16	0,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpiecze stwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	PPP w warunkach kryzysu				
Course / group of courses:	Public-Private Partnership in Crisis Situations				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205852	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	P	30	Zaliczenie z ocen	3
Razem			30		3
Koordinator:	magister Zdzisław Wolak				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Zdzisław Wolak				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zasady bezpiecze stwa i higieny pracy w instytucjach edukacyjnych, wychowawczych i opieku nych oraz odpowiedzialno ci prawnej nauczyciela w tym zakresie, a tak e zasady udzielania pierwszej pomocy;	1.1.11	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz na temat podstawowych parametrów decyduj cych o yciu oraz rozumie proces umierania i mechanizmy mierci	WF1_W05	kolokwium
3	prawidłowo udziela pierwszej pomocy przedmedycznej;	WF1_U13	wykonanie zadania
4	prawidłowo reaguje w sytuacji zagro enia bezpiecze stwa i motywuje do kolektywnego działania.	WF1_K10	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)	
(objaśnienie, pokaz, prezentacja, instruktaż, ćwiczenia przedmiotowe, obserwacja, samokształcenie), e-learning - metody i techniki kształcenia na odległość	
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)	
kompetencje społeczne: obserwacja zachowań (obserwacja zachowań indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
Warunki zaliczenia	
Zaliczenie z ocen na którą składa się: ocena z kolokwium, ocena z aktywności na zajęciach. Zaliczenie w formie pisemnej: test jednokrotnego wyboru (po 1 pkt. za prawidłową odpowiedź oraz 60% prawidłowych odpowiedzi).	
Treści programowe (opis skrócony)	
Przedmiotem zajęć jest postępowanie reanimacyjne w stanach bezpośredniego zagrożenia życia, oraz pomoc doraźna w innych stanach zagrożenia zdrowia i życia w tym działaniu wojska i policji, z wykorzystaniem fantomów do nauki zabiegów ratowniczych. Zapoznanie z podstawowymi aktami prawnymi w obszarze ratownictwa medycznego, oraz organizacji udzielania pomocy w zdarzeniach pojedynczych, mnogich i katastrofach.	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 6	
Forma zajęć : wiczenia praktyczne	
<p>Zasady pierwszej pomocy w nagłych zdarzeniach, wypadkach, katastrofach i klęskach żywiołowych oraz sytuacjach kryzysowych związanych z działaniami policji i wojska. Segregacja poszkodowanych w medycynie cywilnej i medycynie pola walki. Fazy udzielania pomocy według TC3 (Tactical Combat Casualty Care). Ewakuacja w zdarzeniach masowych, katastrofach cywilnych oraz ewakuacja w warunkach pola walki. Krwotok w fazie przedszpitalnej według medycyny cywilnej i standardu T3(Tactical Combat Casualty Care). Standard T3 v/s standard ITLS/PHTLS (International Trauma Life Support). Przyrząd do tamowania krwotoków według medycyny pola walki. Rany postrzałowe i urazy związane z wybuchami. Zaopatrzenie mnogich urazów w udzielaniu pomocy cywilnej, w akcjach wojskowych i antyterrorystycznych. Współczesne zagrożenia terrorystyczne, terroryzm chemiczny, biologiczny i z użyciem broni konwencjonalnej - zasady udzielania pomocy. Resuscytacja cywilna, a resuscytacja pola walki, trudne decyzje terapeutyczne. Resuscytacja podstawowa i przyrządowa dorosłych i dzieci. Transport poszkodowanych w warunkach kryzysowych. Pierwsza pomoc w warunkach ekstremalnych.</p> <p>Zasady pierwszej pomocy w nagłych zdarzeniach, wypadkach, katastrofach i klęskach żywiołowych oraz sytuacjach kryzysowych związanych z działaniami policji i wojska. Segregacja poszkodowanych w medycynie cywilnej i medycynie pola walki. Fazy udzielania pomocy według TC3 (Tactical Combat Casualty Care). Ewakuacja w zdarzeniach masowych, katastrofach cywilnych oraz ewakuacja w warunkach pola walki. Krwotok w fazie przedszpitalnej według medycyny cywilnej i standardu T3(Tactical Combat Casualty Care). Standard T3 v/s standard ITLS/PHTLS (International Trauma Life Support). Przyrząd do tamowania krwotoków według medycyny pola walki. Rany postrzałowe i urazy związane z wybuchami. Zaopatrzenie mnogich urazów w udzielaniu pomocy cywilnej, w akcjach wojskowych i antyterrorystycznych. Współczesne zagrożenia terrorystyczne, terroryzm chemiczny, biologiczny i z użyciem broni konwencjonalnej - zasady udzielania pomocy. Resuscytacja cywilna, a resuscytacja pola walki, trudne decyzje terapeutyczne. Resuscytacja podstawowa i przyrządowa dorosłych i dzieci. Transport poszkodowanych w warunkach kryzysowych. Pierwsza pomoc w warunkach ekstremalnych.</p>	30

Literatura
Podstawowa
A. Zawadzki, Medycyna ratunkowa i katastrof , PZWL, Warszawa 2015
Anita Podlasin, Taktyczne Ratownictwo Medyczne , PZWL, Warszawa 2015
Mariusz Goniewicz, Pierwsza pomoc, podr cznik dla studentów , PZWL, Warszawa 2016
Wytyczne Europejskiej Rady Resuscytacji , Polska Rada Resuscytacji, Kraków 2015 2015
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	20	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	19	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Dydaktyczna w szkole podstawowej				
Course / group of courses:	Field Experience: Teaching Practice in Elementary School				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205983	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	50	Zaliczenie z ocen	2
Razem			50		2
Koordinator:	magister Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie normy, procedury i dobre praktyki stosowane w działalnoci pedagogicznej (wychowanie przedszkolne, nauczanie w szkołach podstawowych i rednich ogólnokształc cych, technikach i szkołach bran owych, szkołach specjalnych i oddziałach specjalnych oraz integracyjnych, w ró nego typu o rodkach wychowawczych oraz kształceniu ustawicznym);	1.1.04	wykonanie zadania
2	zna i rozumie zadania charakterystyczne dla szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz rodowisko, w jakim one działaj ;	B.3.W01	wykonanie zadania
3	zna i rozumie organizacj , statut i plan pracy szkoły, program wychowawczo-profilaktyczny oraz program realizacji doradztwa zawodowego;	B.3.W02	wykonanie zadania

4	zna i rozumie zasady zapewniania bezpieczeństwa uczniom w szkole i poza nią .	B.3.W03	wykonanie zadania
5	zna i rozumie zadania dydaktyczne realizowane przez szkołę lub placówkę systemu o wiaty;	D.2/E.2.W01	wykonanie zadania
6	zna i rozumie sposób funkcjonowania oraz organizacji pracy dydaktycznej szkoły lub placówki systemu o wiaty;	D.2/E.2.W02	wykonanie zadania
7	zna i rozumie rodzaje dokumentacji działalności dydaktycznej prowadzonej w szkole lub placówce systemu o wiaty	D.2/E.2.W03	wykonanie zadania
8	Ma zaawansowaną wiedzę obejmującą terminologię, teorię i metodykę nauczania różnych dyscyplin sportowych, zna przepisy mające powszechne zastosowanie w nauczaniu dyscyplin sportowych oraz podstawy treningu sportowego	WF1_W08	wykonanie zadania
9	Posiada wiedzę niezbędną do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	wykonanie zadania
10	potrafi projektować i realizować programy nauczania z uwzględnieniem zró nicowanych potrzeb edukacyjnych uczniów;	1.2.04	wykonanie zadania
11	potrafi tworzyć sytuacje wychowawczo-dydaktyczne motywujące uczniów do nauki i pracy nad sobą , analizować ich skuteczność oraz modyfikować działania w celu uzyskania po danych efektów wychowania i kształcenia;	1.2.06	wykonanie zadania
12	potrafi rozwijać kreatywność i umieć stosować samodzielny, krytyczny myślenie uczniów;	1.2.08	wykonanie zadania
13	potrafi skutecznie animować i monitorować realizację zespołowych działań edukacyjnych uczniów;	1.2.09	wykonanie zadania
14	potrafi wyciągać wnioski z obserwacji pracy wychowawcy klasy, jego interakcji z uczniami oraz sposobu, w jaki planuje i przeprowadza zajęcia wychowawcze;	B.3.U01	wykonanie zadania
15	potrafi wyciągać wnioski z obserwacji sposobu integracji działań opiekuńczo-wychowawczych i dydaktycznych przez nauczycieli przedmiotów;	B.3.U02	wykonanie zadania
16	potrafi wyciągać wnioski, w miarę możliwości, z bezpośrednio obserwowanej pracy rady pedagogicznej i zespołu wychowawców klas;	B.3.U03	wykonanie zadania
17	potrafi wyciągać wnioski z obserwacji pracy dydaktycznej nauczyciela, jego interakcji z uczniami oraz sposobu planowania i przeprowadzania zajęć dydaktycznych; aktywnie obserwować stosowane przez nauczyciela metody i formy pracy oraz wykorzystywane pomoce dydaktyczne, a także sposoby oceniania uczniów oraz zadawania i sprawdzania pracy domowej;	D.2/E.2.U01	wykonanie zadania
18	potrafi zaplanować i przeprowadzić pod nadzorem opiekuna praktyk zawodowych serie lekcji lub zajęcia ;	D.2/E.2.U02	wykonanie zadania
19	potrafi analizować , przy pomocy opiekuna praktyk zawodowych oraz nauczycieli akademickich prowadzonych zajęć w zakresie przygotowania psychologiczno-pedagogicznego, sytuacje i zdarzenia pedagogiczne zaobserwowane lub do wiadczone w czasie praktyk.	D.2/E.2.U03	wykonanie zadania
20	Legitymuje się ponadprzeciętnym poziomem sprawności fizycznej oraz posiada umiejętności techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych	WF1_U01	wykonanie zadania
21	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej	WF1_U10	praca pisemna
22	Posiada umiejętności pedagogiczne związane z procesem nauczania	WF1_U12	wykonanie zadania
23	Podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia się przez całe życie	WF1_U16	wykonanie zadania

24	jest gotów do posługiwania si uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w działalno ci zawodowej, kieruj c si szacunkiem dla ka dego człowieka;	1.3.01	obserwacja zachowa
25	jest gotów do budowania relacji opartej na wzajemnym zaufaniu mi dzy wszystkimi podmiotami procesu wychowania i kształcenia, w tym rodzicami lub opiekunami ucznia, oraz wł czania ich w działania sprzyjaj ce efektywno ci edukacyjnej;	1.3.02	obserwacja zachowa
26	jest gotów do porozumiewania si z osobami pochodz cymi z ró nych rodowisk i o ró nej kondycji emocjonalnej, dialogowego rozwi zywania konfliktów oraz tworzenia dobrej atmosfery dla komunikacji w klasie szkolnej i poza ni ;	1.3.03	obserwacja zachowa
27	jest gotów do podejmowania decyzji zwi zanych z organizacj procesu kształcenia w edukacji wł czaj cej;	1.3.04	obserwacja zachowa
28	jest gotów do rozpoznawania specyfiki rodowiska lokalnego i podejmowania współpracy na rzecz dobra uczniów i tego rodowiska;	1.3.05	obserwacja zachowa
29	jest gotów do projektowania działa zmierzaj cych do rozwoju szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz stymulowania poprawy jako ci pracy tych instytucji;	1.3.06	obserwacja zachowa
30	jest gotów do pracy w zespole, pełnienia w nim ró nych ról oraz współpracy z nauczycielami, pedagogami, specjalistami, rodzicami lub opiekunami uczniów i innymi członkami społeczno ci szkolnej i lokalnej.	1.3.07	obserwacja zachowa
31	jest gotów do skutecznego współdziałania z opiekunem praktyk zawodowych i z nauczycielami w celu poszerzania swojej wiedzy	B.3.K01	obserwacja zachowa
32	jest gotów do skutecznego współdziałania z opiekunem praktyk zawodowych i nauczycielami w celu poszerzania swojej wiedzy dydaktycznej oraz rozwijania umiej tno ci wychowawczych.	D.2/E.2.K01	obserwacja zachowa
33	Okazuje szacunek współpracownikom, podopiecznym, zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuje wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
34	Współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
35	Jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa
36	Uczestniczy w ró nych formach ycia kulturalnego i sportowego i potrafi je wła ciwie oceni	WF1_K05	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Zaj cia praktyczne ,prowadzenie i obserwacja lekcji, zaj rekreacyjno sportowych, gier i zabaw na sali i poza ni . Hospitacja ró nych form zaj kultury fizycznej.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen w semestrze 5. Ocena ł czna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia zakładu pracy i opiekuna PWSZ.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Nabycie praktycznych umiej tno ci prowadzenia lekcji ró nego typu i rodzaju, zaj rekreacyjno-sportowych, zaj fakultatywnych, pracy szkoleniowej z młodzie utalentowan sportowo oraz wiedzy teoretycznej zwi zanej z zasadami funkcjonowania szkoły i pracy nauczyciela wychowania fizycznego

Content of the study programme (short version)

Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 6	
Forma zajęć : praktyka zawodowa	
<p>Tematyka praktyki:</p> <p>Hospitacje lekcji WF różnego typu i rodzaju. Analiza programu nauczania wf, planowanie pracy nauczyciela wf, kontrola i ocena pracy ucznia, poznanie zasad i zadań funkcjonowania szkoły, współpraca nauczyciela wf z Radą Pedagogiczną i innymi organizacjami działającymi w szkole, poznanie życia sportowego w szkole, prowadzenie treningów wybranych dyscyplin sportowych</p> <p>Prowadzenie części wstępnej lekcji, prowadzenie lekcji wf z gier i zabaw, zespołowych gier sportowych, lekkiej atletyki, zajęć w terenie, gimnastyki, pływania</p> <p>Po odbyciu praktyk student powinien nabyć wiedzę na temat organizacji pracy w szkole, poznać zadania Rady Pedagogicznej, organizacji szkolnych, opieki lekarskiej. Winien poznać zadania nauczyciela wf związane z planowaniem pracy, kontrolą i oceną umiejętności i sprawności ucznia, sposoby dokumentowania efektów realizacji planu dydaktycznego, organizowania działalności sportowej w szkole.</p>	50
Literatura	
Podstawowa	
Górna K., Garbaciak W., Szkolne Wychowanie Fizyczne., AWF, Katowice 2012	
Janikowska – Siatka M., Przykładowe konspekty lekcji Wychowania Fizycznego zmierzające do realizacji osiągnięć ucznia w poszczególnych etapach edukacji szkolnej, Impuls, Kraków 2012	
Poradniki metodyczne z zakresu różnych dyscyplin sportowych	
Uzupełniająca	

Dane jakościowe

Przyporządowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	50	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w szczególnych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	10	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	0	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	50	1,7
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	60	2,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpo- redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Instruktorska				
Course / group of courses:	Field Experience: Instructor Practice				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205893	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	90	Zaliczenie z ocen	4
Razem			90		4
Koordinator:	magister Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu praktyki i teorii sportu młodzie owego, oraz metodycznych podstaw treningu			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi ,teori i metodyk nauczania ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy maj ce powszechne zastosowanie w nauczaniu dyscyplin sportowych oraz podstawy treningu sportowego	WF1_W08	wykonanie zadania
2	Posiada wiedz niezb dn do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	wykonanie zadania
3	Legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych	WF1_U01	wykonanie zadania
4	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej	WF1_U10	praca pisemna

5	Posiada umiejętności pedagogiczne związane z procesem nauczania	WF1_U12	wykonanie zadania
6	Podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia się przez całe życie	WF1_U16	wykonanie zadania
7	Prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu	WF1_U20	praca pisemna
8	Prawidłowo dobiera obciążenia treningowe oraz środki i metody pracy szkoleniowej w zależności od sprawności fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
9	Okazuje szacunek współpracownikom, podopiecznym, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazuje wyrozumiałość dla ich słabości i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
10	Współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	Jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa
12	Uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego i sportowego i potrafi je właściwie ocenić	WF1_K05	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wszystkie formy i metody poznane w ramach przedmiotu metodyka wychowania fizycznego i metodyka sportu młodzieżowego)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen w semestrze 6. Ocena łączna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia klubu sportowego

Treści programowe (opis skrócony)

Nabywanie praktycznych umiejętności prowadzenia zajęć treningowych z wybranej dyscypliny sportowej oraz wiedzy teoretycznej związanej z zasadami funkcjonowania klubu sportowego i sekcji sportowej

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zajęć: **praktyka zawodowa**

Tematyka praktyki:

Przepisy BHP na Sali lub boisku

Warsztat pracy trenera

Plan treningowy

Trening poza salą gimnastyczną

Po zaliczeniu praktyki student powinien:

1. Znać zasady funkcjonowania klubu sportowego i sekcji sportowej
2. Nabyć umiejętności prowadzenia zajęć treningowych w wybranej dyscyplinie sportowej
3. Umieć ocenić wydolność i sprawność specjalnie trenujących
4. Prowadzić dokumentację zajęć treningowych

90

Literatura
Podstawowa
Literatura do przedmiotu teoria sportu oraz dyscypliny sportowej realizowanej podczas praktyki
Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	90	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	10	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	90	3,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	110	3,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Korekcyjna				
Course / group of courses:	Field Experience: Corrective Gymnastics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206186	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	90	Zaliczenie z ocen	4
Razem			90		4
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci teoretyczne z zakresu wad postawy ciała oraz metodyki prowadzenia wicze .			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zagadnienie edukacji wł czaj cej, a tak e sposoby realizacji zasady inkluzji;	1.1.05	wypowied ustna
2	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si ;	WF1_W06	wypowied ustna
3	posiada wiedz niezbd n do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju;	WF1_W12	wypowied ustna
4	ma elementarn wiedz z zakresu profilaktyki urazów sportowych rozró nia podstawowe metody stosowane w rehabilitacji urazów narz du ruchu, posiada podstawow wiedz na temat bezpiecznego prowadzenia wicze prozdrowotnych dla osób w ka dym wieku;	WF1_W14	wypowied ustna

5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	umiejętnie przedstawia w formie pisemnej program zamierzonych działań oraz dokumentuje wyniki pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych;	WF1_U08	wykonanie zadania
7	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
8	właściwie dokonuje oceny postawy ciała oraz dobiera i przeprowadza odpowiednie ćwiczenia służące jej skorygowaniu;	WF1_U11	wykonanie zadania
9	jest gotów do projektowania działań zmierzających do rozwoju szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz stymulowania poprawy jakości pracy tych instytucji;	1.3.06	obserwacja zachowa
10	jest gotów do pracy w zespole, pełnienia w nim różnych ról oraz współpracy z nauczycielami, pedagogami, specjalistami, rodzicami lub opiekunami uczniów i innymi członkami społeczności szkolnej i lokalnej.	1.3.07	obserwacja zachowa
11	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
12	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
13	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi oceniać je oraz wykorzysta w kontekście rozwoju różnych placówek o wiatowych	WF1_K05	obserwacja zachowa
14	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji.	WF1_K07	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wszystkie formy i metody poznane w ramach przedmiotu: Metodyczne podstawy korektywy.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Ocenie podlega poziom wiedzy teoretycznej, trafność doboru ćwiczeń korekcyjnych, dokładność ich wykonania, podejście do ćwiczeń.

Treści programowe (opis skrócony)

Nabywanie praktycznych umiejętności prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z różnego typu wadami postawy oraz nabycia wiedzy teoretycznej związanej z zasadami funkcjonowania korektywy w szkole. Opanowanie umiejętności mobilizacji biernych i czynnych w poszczególnych wadach postawy.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zajęć: **praktyka zawodowa**

- 10 godzin hospitacji
- 10 godzin diagnostyki postawy ciała z opiekunem lub pielęgniarką
- 10 godzin zadań dodatkowych związanych z prowadzeniem lekcji, dokumentacji własnej i organizacji zajęć
- 60 godzin prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z różnymi wadami postawy ciała
Tematyka;

90

<ul style="list-style-type: none"> - przepisy BHP na sali korekcyjnej - warsztat pracy nauczyciela - rozkład materiału i planowanie pracy - lekcja w trudnych warunkach poza sal korekcyjn - współpraca z rodzicami, piel gniarka i lekarzem szkolnym - udział w posiedzeniu Rady Pedagogicznej <p>Osoby odpowiedzialne za praktyki ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - dyrektor szkoły - nauczyciel gimnastyki korekcyjnej - nauczyciel metodyk PWSZ w Tarnowie 	90
--	----

Literatura
Podstawowa
Kasperczyk T., Wady postawy ciała, diagnostyka i leczenie, Wyd. Kasper, Kraków. 1996
Kutzner-Kozi ska M., Proces korygowania wad postawy, Wyd. AWF, Warszawa 2001
Owczarek S , Zabawy i gry w gimnastyce korekcyjnej, WSiP, Warszawa 1997
Wojtanowski W. , Terapia manualna w korekcji wad postawy, PWSZ, Tarnów 2008
Zeyland-Malawka E., wiczenia korekcyjne, AWF, Gda sk 2003
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	90	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	10	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	90	3,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	110	3,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpiecze stwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Obronna				
Course / group of courses:	Field Experience: Defence				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205853	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	90	Zaliczenie z ocen	4
Razem			90		4
Koordinator:	magister Robert Wardzała				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu bezpiecze stwa pa stwa, działa w sytuacjach nadzwyczajnych zagro e , umiej tno ci z zakresu podstaw pierwszej pomocy,			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	wypowied ustna
2	posiada wiedz niezb dn do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju;	WF1_W12	wypowied ustna
3	rozumie specyfik działalnoci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca;	WF1_W16	wypowied ustna
4	posiada umiej tno wykorzystania własnego potencjału motorycznego do prowadzenia podstawowych dział obronnych;	WF1_U23	wykonanie zadania

5	wła ciwie zachowuje si w sytuacji zagro enia bezpiecze stwa, prawidłowo wykorzystuje nabyte umiej tno ci ruchowe w sytuacjach ekstremalnych;	WF1_U24	wykonanie zadania
6	prawidłowo prezentuje rol instytucji pa stwowych i społecznych dla potrzeb bezpiecze stwa, umie rozpoznawa zagro enia;	WF1_U25	wykonanie zadania
7	jest gotów do projektowania działań zmierzaj cych do rozwoju szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz stymulowania poprawy jako ci pracy tych instytucji;	1.3.06	obserwacja zachowa
8	jest gotów do pracy w zespole, pełnienia w nim ró nych ról oraz współpracy z nauczycielami, pedagogami, specjalistami, rodzicami lub opiekunami uczniów i innymi członkami społeczno ci szkolnej i lokalnej.	1.3.07	obserwacja zachowa
9	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
10	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Wszystkie formy i metody poznane w ramach przedmiotu metodyka edukacji dla bezpiecze stwa)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej);

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen w semestrze VI. Ocena ł czna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia szkoły

Tre ci programowe (opis skrócony)

Naby cie praktycznych umiej tno ci prowadzenia lekcji

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zaj : **praktyka zawodowa**

15 godzin - hospitacja zaj

15 godzin- zadania dodatkowe zwi zane z prowadzeniem zaj , przygotowaniem do zaj , prowadzeniem dokumentacji własnej

20 godzin – działania dodatkowe (np. wizyty w instytucjach ratowniczych; organizacja spotkania , prelekcji, wykładów z policjantami, strażnikami miejskimi, ratownikami medycznymi, kombatanami, ekologami, psychologami itp.; organizacja konkursów z zakresu edukacji dla bezpiecze stwa

40 godzin – prowadzenie zaj

Tematyka praktyki:

Przepisy BHP na zaj ciach

Warsztat pracy nauczyciela

1. Bezpiecze stwo pa stwa

2. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagro e (katastrofy i wypadki masowe)

3. Pierwsza pomoc

4. Edukacja zdrowotna. Zdrowie w wymiarze indywidualnym i zbiorowym

Po zaliczeniu praktyki student powinien:

1. Naby umiej tno ci prowadzenia zaj

90

2. Prowadzi dokumentację zajęć oraz działań dodatkowych	90
3. Zna zasady funkcjonowania szkoły	
Literatura	
Podstawowa	
Literatura do przedmiotu metodyka edukacji dla bezpieczeństwa realizowanej podczas praktyki	
Uzupełniająca	

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	90	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	20	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	0	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	90	3,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	120	4,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może różnić się od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Praktyczny udział w organizacji zawodów sportowych				
Course / group of courses:	Field Experience: Practical Participation in the Organisation of Sports Events				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205984	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1, 2, 3	Semestr:	2, 4, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	PR	10	Zaliczenie z ocen	1
2	4	PR	10	Zaliczenie z ocen	1
3	6	PR	10	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		3
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Przemysław Markowicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie normy, procedury i dobre praktyki stosowane w działalności pedagogicznej (wychowanie przedszkolne, nauczanie w szkołach podstawowych i rednich ogólnokształc cych, technikach i szkołach bran owych, szkołach specjalnych i oddziałach specjalnych oraz integracyjnych, w ró nego typu o rodkach wychowawczych oraz kształceniu ustawicznym);	1.1.04	wykonanie zadania
2	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	wykonanie zadania

3	dysponuje fachow wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu czlowieka, rozumie podstawowe poj cia zwi zane z turystyk i rekreacj , zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia;	WF1_W09	wykonanie zadania
4	wlada podstawow wiedz z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własno ci przemysłowej;	WF1_W10	wykonanie zadania
5	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	wykonanie zadania
6	potrafi monitorowa post py uczniów, ich aktywno i uczestnictwo w yciu społecznym szkoły;	1.2.11	wykonanie zadania
7	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
8	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
9	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
10	umiej tnie organizuje i zarz dza imprez sportow w oparciu o obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF1_U22	wykonanie zadania
11	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
12	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
13	uczestniczy w ró nych formach ycia kulturalnego, potrafi ocenia je oraz wykorzysta w kontek cie rozwoju ró nych placówek o wiatowych	WF1_K05	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(obja nienie , metoda problemowa, metoda sytuacyjna, metoda eksponuj ca, zaj cia terenowe, samodzielna praca studentów, samokształcenie, metody praktyczne: pokaz, prezentacja, udział w praktyce)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest udział w odpowiedniej liczbie godzin podczas organizacji, przeprowadzenia imprez sportowych i rekreacyjnych w instytucjach o wiatowych i sportowych działaj cych na terenie miasta Tarnowa oraz w miejscu zamieszkania studenta.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Praktyczny udział studentów w organizacji i prowadzeniu imprez sportowo-rekreacyjnych. Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez sportowych i rekreacyjnych w szkole oraz poza szkoł . Wykorzystanie ró nych nowoczesnych form rekreacji do uatrakcyjnienia pozaszkolnych zaj sportowych i rekreacyjnych.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 2

Forma zaj : **praktyka zawodowa**

<p>Praktyczny udział studentów w organizacji i prowadzeniu imprez sportowo-rekreacyjnych. Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez sportowych i rekreacyjnych w szkole oraz poza szkołą .</p> <p>Wykorzystanie różnych nowoczesnych form rekreacji do uatrakcyjnienia pozaszkolnych zajęć sportowych i rekreacyjnych.</p>	10
Semestr: 4	
Forma zajęć : praktyka zawodowa	
<p>Umiejętność odpowiedniego wykorzystania wiedzy oraz umiejętności praktycznych nabytych podczas teoretycznych i praktycznych zajęć na uczelni.</p> <p>Nabywanie umiejętności samodzielnego decydowania w różnych sytuacjach mających miejsce podczas organizacji imprez sportowych i rekreacyjnych.</p> <p>Korzystanie z wiedzy i doświadczenia nauczycieli, trenerów, instruktorów, animatorów w zakresie organizowania, prowadzenia imprez sportowych i rekreacyjnych.</p>	10
Semestr: 6	
Forma zajęć : praktyka zawodowa	
<p>Nabywanie umiejętności samodzielnego prowadzenia imprez sportowo-rekreacyjnych w różnych placówkach o wiatowych (przedszkola, szkoły, uczelnie, domy dziecka) oraz w stowarzyszeniach i klubach sportowych.</p> <p>Zapoznanie studenta z organizacyjno-prawnymi aspektami działalności nauczyciela, trenera, instruktora w zakresie organizacji rekreacji ruchowej, imprez sportowych oraz rekreacyjnych w szkołach oraz w klubach sportowych (rekreacja ruchowa w świetle dzisiejszych przepisów prawnych i ustaw).</p>	10
Literatura	
Podstawowa	
Gospodarek J. , Prawo w turystyce i rekreacji, Warszawa 2007	
Strugarek J., Organizacja i prowadzenie imprez sportowych, rekreacyjnych i turystycznych, UAM , Poznań 200	
Uzupełniająca	

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	30
Konsultacje z prowadzącym	3
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	50
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	0
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	7
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	33	1,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	80	2,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Psychopedagogiczna w szkole podstawowej				
Course / group of courses:	Field Experience: Psychopedagogical Practice in Elementary School				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205982	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	PR	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordynator:	magister Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie normy, procedury i dobre praktyki stosowane w działalno ci pedagogicznej (wychowanie przedszkolne, nauczanie w szkołach podstawowych i rednich ogólnokształc cych, technikach i szkołach bran owych, szkołach specjalnych i oddziałach specjalnych oraz integracyjnych, w ró nego typu o rodkach wychowawczych oraz kształceniu ustawicznym);	1.1.04	wypowied ustna
2	Posiada wiedz niezbd n do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	wypowied ustna
3	potrafi podejmowa prac z uczniami rozbudzaj c ich zainteresowania i rozwijaj c ich uzdolnienia, wła ciwie doбира tre ci nauczania, zadania i formy pracy w ramach samokształcenia oraz promowa osi gni cia uczniów;	1.2.07	wykonanie zadania

4	potrafi wyciągać wnioski z bezpo- średniej obserwacji pozalekcyjnych działań opiekuna i wychowawczych nauczycieli, w tym podczas dy- wizyj i urlopów na przerwach między lekcyjnymi i zorganizowanymi wy- jazdami grup uczniowskich;	B.3.U04	wykonanie zadania
5	potrafi zaplanować i przeprowadzić zajęcia wychowawcze pod nadzorem opiekuna praktyk zawodowych;	B.3.U05	wykonanie zadania
6	potrafi analizować, przy pomocy opiekuna praktyk zawodowych oraz nauczycieli akademickich prowadzących zajęcia w zakresie przygotowania psychologiczno-pedagogicznego, sytuacje i zdarzenia pedagogiczne zaobserwowane lub do- wiedzione w czasie praktyk.	B.3.U06	wykonanie zadania
7	Podje- muje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia się przez całe życie	WF1_U16	wykonanie zadania
8	jest gotów do projektowania działań zmierzających do rozwoju szkoły lub placówki systemu o- wiaty oraz stymulowania poprawy jakości pracy tych instytucji;	1.3.06	obserwacja zachowa
9	jest gotów do pracy w zespole, pełnienia w nim róż- nych ról oraz współpracy z nauczycielami, pedagogami, specjalistami, rodzicami lub opiekunami uczniów i innymi członkami społeczności szkolnej i lokalnej.	1.3.07	obserwacja zachowa
10	jest gotów do skutecznego współdziałania z opiekunem praktyk zawodowych i z nauczycielami w celu poszerzania swojej wiedzy	B.3.K01	obserwacja zachowa
11	Okazuje szacunek współpracownikom, podopiecznym, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazuje wyrozumiałość dla ich słabo- ści i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
12	Współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
13	Jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa
14	Uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego i sportowego i potrafi je właściwie ocenić	WF1_K05	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Zajęcia praktyczne, prowadzenie i obserwacja lekcji, zajęcia rekreacyjno-sportowych, gier i zabaw na sali i poza nią.
Hospitacja różnych form zajęć kultury fizycznej.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen. Ocena łączna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia zakładu pracy i opiekuna PWSZ.

Treści programowe (opis skrócony)

Nabywanie praktycznych umiejętności prowadzenia lekcji różnego typu i rodzaju, zajęć rekreacyjno-sportowych oraz wiedzy teoretycznej związanej z zasadami funkcjonowania szkoły i pracy nauczyciela wychowania fizycznego

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć: **praktyka zawodowa**

Hospitacja lekcji WF różnego typu i rodzaju. Analiza programu nauczania wf, planowanie pracy nauczyciela wf, kontrola i ocena pracy ucznia, poznanie zasad i zadań funkcjonowania szkoły, współpraca nauczyciela

30

<p>wf z Rad Pedagogiczn i innymi organizacjami działaj cymi w szkole.</p> <p>Prowadzenie cz ci wst pnej lekcji, próby prowadzenia cz ci głównej z gimnastyki, gier i zabaw, koszykówki, piłki siatkowej, pływania.</p> <p>Po odbyciu praktyk student powinien naby wiedz na temat organizacji pracy w szkole, pozna zadania Rady Pedagogicznej, organizacji szkolnych, opieki lekarskiej. Winien pozna zadania nauczyciela wf zwi zane z planowaniem pracy, kontrol i ocen umiej tno ci i sprawno ci ucznia, sposoby dokumentowania efektów realizacji planu dydaktycznego, organizowania działalno ci sportowej w szkole.</p>	30
--	----

Literatura
Podstawowa
Górna K. , Garbaciak W., Szkolne Wychowanie Fizyczne, AWF, Katowice 2012
Janikowska – Siatka M. , Przykładowe konspekty lekcji Wychowania Fizycznego zmierzaj ce do realizacji osi gni ucznia w poszczególnych etapach edukacji szkolnej, Impuls, Kraków 2012
Poradniki metodyczne z zakresu ró nych dyscyplin sportowych
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	25	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	5	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	30	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Psychologia				
Course / group of courses:	Psychology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205934	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	7	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1, 2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	2		30	Zaliczenie z ocen	3
		W	15	Egzamin	1
Razem			90		7
Koordinator:	dr hab. Janusz Zdebski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Janusz Zdebski				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski, semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie procesy komunikowania interpersonalnego i społecznego oraz ich prawidłowo ci i zakłócenia;	1.1.12	kolokwium
2	zna i rozumie podstawowe poj cia psychologii: procesy poznawcze, spostrzeganie, odbiór i przetwarzanie informacji, mow i j zyk, my lenie i rozumowanie, uczenie si i pam i , rol uwagi, emocje i motywacje w procesach regulacji zachowania, zdolno ci i uzdolnienia, psychologi ró nic indywidualnych - ró nice w zakresie	B.1.W01	kolokwium

2	inteligencji, temperamentu, osobowości i stylu poznawczego;	B.1.W01	kolokwium
3	zna i rozumie podstawowe pojęcia psychologii: procesy poznawcze, spostrzeganie, odbiór i przetwarzanie informacji, mowa i język, myślenie i rozumowanie, uczenie się i pamięć, rolę uwagi, emocje i motywacje w procesach regulacji zachowania, zdolności i uzdolnienia, psychologię różnic indywidualnych - różnice w zakresie inteligencji, temperamentu, osobowości i stylu poznawczego;	B.1.W01	kolokwium
4	zna i rozumie proces rozwoju ucznia w okresie dzieciństwa, adolescencji i wczesnej dorosłości: rozwój fizyczny, motoryczny i psychoseksualny, rozwój procesów poznawczych (myślenie, mowa, spostrzeganie, uwaga i pamięć), rozwój społeczno-emocjonalny i moralny, zmiany fizyczne i psychiczne w okresie dojrzewania, rozwój wybranych funkcji psychicznych, normy zachowania, zaburzenia w rozwoju podstawowych procesów psychicznych, teorie integralnego rozwoju ucznia, dysharmonie i zaburzenia rozwojowe uczniów, zaburzenia zachowania, zagadnienia: nie miałość i nadpobudliwość, szczególnych uzdolnień, zaburzeń funkcjonowania w okresie dorastania, obniżenia nastroju, depresji, krystalizowania się tożsamości, dorostłości, identyfikacji z nowymi rolami społecznymi, a także kształtowania się stylu życia;	B.1.W02	kolokwium
5	zna i rozumie teorie spostrzegania społecznego i komunikacji: zachowania społeczne i ich uwarunkowania, sytuacji interpersonalnych, empatii, zachowania asertywne, agresywne i uległe, postawy, stereotypy, uprzedzenia, stres i radzenie sobie z nim, porozumiewanie się ludzi w instytucjach, reguły współdziałania, procesy komunikowania się, bariery w komunikowaniu się, media i ich wpływ wychowawczy, style komunikowania się uczniów i nauczyciela, bariery w komunikowaniu się w klasie, różne formy komunikacji - autoprezentacja, aktywne słuchanie, efektywne nadawanie, komunikacja niewerbalna, porozumiewanie się emocjonalne w klasie, porozumiewanie się w sytuacjach konfliktowych;	B.1.W03	kolokwium
6	zna i rozumie proces uczenia się: modele uczenia się, w tym koncepcje klasyczne i współczesne ujęcia w oparciu o wyniki badań neuropsychologicznych, metody i techniki uczenia się z uwzględnieniem rozwijania metapoznania, trudności w uczeniu się, ich przyczyny i strategie ich przezwyciężania, metody i techniki identyfikacji oraz wspomagania rozwoju uzdolnień i zainteresowań, bariery i trudności w procesie komunikowania się, techniki i metody usprawniania komunikacji z uczniem oraz między uczniami;	B.1.W04	kolokwium
7	zna i rozumie zagadnienia autorefleksji i samorozwoju: zasoby własne w pracy nauczyciela - identyfikacja i rozwój, indywidualne strategie radzenia sobie z trudnościami, stres i nauczycielskie wypalenie zawodowe.	B.1.W05	kolokwium
8	posiada zaawansowaną wiedzę na temat wychowania i kształcenia, zna istotną terminologię związaną z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka;	WF1_W03	kolokwium
9	prezentuje zaawansowaną wiedzę o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawidłowości relacji z innymi związane z relacjami interpersonalnymi i społecznymi, zachodzące między nimi relacje i zakłócenia;	WF1_W04	kolokwium
10	potrafi obserwować sytuacje i zdarzenia pedagogiczne, analizować je z wykorzystaniem wiedzy pedagogiczno-psychologicznej oraz proponować rozwiązania problemów;	1.2.01	wykonanie zadania
11	potrafi obserwować procesy rozwojowe uczniów;	B.1.U01	wykonanie zadania
12	potrafi obserwować zachowania społeczne i ich uwarunkowania;	B.1.U02	wykonanie zadania
13	potrafi skutecznie i wiadomo komunikować się;	B.1.U03	wykonanie zadania
14	potrafi porozumieć się w sytuacji konfliktowej;	B.1.U04	wykonanie zadania

15	potrafi rozpoznawać bariery i trudności uczniów w procesie uczenia się ;	B.1.U05	wykonanie zadania
16	potrafi identyfikować potrzeby uczniów w rozwoju uzdolnień i zainteresowań ;	B.1.U06	wykonanie zadania
17	potrafi radzić sobie ze stresem i stosować strategie radzenia sobie z trudnościami;	B.1.U07	wykonanie zadania
18	potrafi zaplanować działania na rzecz rozwoju zawodowego na podstawie wiadomej autorefleksji i informacji zwrotnej od innych osób.	B.1.U08	wykonanie zadania
19	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przebiegów ;	WF1_U07	wykonanie zadania
20	władza podstawowych wiadomości z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własności przemysłowej;	WF1_U10	wykonanie zadania
21	jest gotów do posługiwania się uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w działalności zawodowej, kierując się szacunkiem dla każdego człowieka;	1.3.01	obserwacja zachowa
22	jest gotów do porozumiewania się z osobami pochodzącymi z różnych środowisk i o różnej kondycji emocjonalnej, dialogowego rozwiązywania konfliktów oraz tworzenia dobrej atmosfery dla komunikacji w klasie szkolnej i poza nią ;	1.3.03	obserwacja zachowa
23	jest gotów do autorefleksji nad własnym rozwojem zawodowym;	B.1.K01	obserwacja zachowa
24	jest gotów do wykorzystania zdobytej wiedzy psychologicznej do analizy zdarzeń pedagogicznych.	B.1.K02	obserwacja zachowa
25	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
26	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Metody podaje, (wykład problemowy,) metody poszukujące, metody dyskusji, (panel) prezentacje studentów)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest obecność na zajęciach, pozytywna ocena z pracy kontrolnej, zdanie kolokwium oraz egzaminu kryteria : 90-100% punktów 5,0 89-85% 4,5 84-71% 4,0 70-66% 3,5 50-65% 3,0

Treści programowe (opis skrócony)

Kurs obejmuje podstawowe pojęcia z zakresu psychologii, niezbędne do samodzielnego studiowania literatury przedmiotu. Zapoznaje studentów z mechanizmami psychologicznego funkcjonowania człowieka, sprzyja nabyciu umiejętności wglądu w sytuację innej osoby, kształtuje nawyki monitorowania własnego zachowania. Treści umiejętności istotne dla wykonywania zawodu nauczyciela.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć : **wykład**

Psychologia jako nauka, cele i zadania psychologii. Działy psychologii. Jej związki z innymi naukami. Zachowanie człowieka. Pojęcie sytuacji. Sytuacje normalne i trudne. Lekcja wychowania fizycznego jako

15

<p>sytuacja trudna. Zachowania reaktywne a celowe.</p> <p>Psychologiczne koncepcje człowieka : psychoanalityczna, behawiorystyczna, poznawcza, postmodernistyczna</p> <p>Zasady, prawidlowo ci i czynniki psychicznego rozwoju czlowieka</p> <p>Procesy emocjonalne. Mechanizmy wzbudzania emocji. Teorie emocji. Ekspresja i regulacja emocji. Szkoła jako ródło pobudzenia emocjonalnego. L k i strach. Koncepcje I ku spielbergera i k pi skiego</p>	15
<p>Forma zaj : wiczenia audytoryjne</p>	
<p>Procesy poznawcze. Wra enia zmyslowe. Spostrzeganie. Wra enia i spostrze enia w trakcie lekcji wychowania fizycznego</p> <p>wyobra enia i wyobra nia. Wyobra enia ruchowe. Wyobra enia ruchowe jako podstawa treningu ideomotorycznego.</p> <p>Procesy uwagi. Uwaga a wiadomo . Kształtowanie uwagi na lekcjach wf</p> <p>Pami i jej charakterystyka. Pami jako zdolno i jako proces. Rodzaje pami ci.</p> <p>Proces uczenia si . Warunkowanie klasyczne i instrumentalne. Uczenie si ruchu. Nawyki ruchowe. Uwarunkowania procesu uczenia si i nauczania. Kształtowanie umiej tno ci uczenia si .</p> <p>My lenie i jego struktura. Operacje my lowe. My lenie jako rozwi zywanie problemów. Operacje my lowe według Piageta. Poj cia my lenie a mowa. Funkcje mowy.</p> <p>Inteligencja. Zdolno ci. Modele inteligencji. Pomiar inteligencji. Problematyka oceniania</p> <p>Czynniki rozwoju ontogenetycznego. Stadia rozwoju czlowieka. Koncepcja Eriksona</p> <p>Rozwój emocjonalny dzieci i młodzie y. Dojrzało emocjonalna i jej kształtowanie</p> <p>Proces socjalizacji dzieci i młodzie y</p> <p>Wywieranie wpływu na innych. Autoprezentacja. Poj cie konformizmu.</p>	30
<p>Semestr: 2</p>	
<p>Forma zaj : wykład</p>	
<p>Teoria stresu psychologicznego. Stres w uj ciu selyego i lazarusza. Radzenie sobie w sytuacji stresowej. Styl i strategie radzenia sobie.</p> <p>Motywacja. Koncepcje motywacji. Potrzeby czlowieka i ich klasyfikacja. Teoria Maslowa. Specyficznie ludzkie mechanizmy motywacyjne. Motywacja a efektywno działania. Motywowanie uczniów w procesie nauczania</p> <p>Osobowo i ró nice indywidualne. Kształtowanie si osobowo ci. Teoria osobowo ci eysencka. Pi cioczynnikowy model osobowo ci. Obraz samego siebie. Samoocena i jej rodzaje.</p> <p>Temperament, typologie temperamentu, wpływ temperamentu na przebieg procesu uczenia si , temperament a sport . Wybrane koncepcje temperamentu.</p> <p>Komunikowanie si ludzi. Komunikacja werbalna i niewerbalna. Zaburzenia w procesie komunikowania si , przyczyny i nast pstwa</p>	15
<p>Forma zaj : wiczenia audytoryjne</p>	
<p>Kształtowanie si systemów warto ci a rozwój moralny. Fazy rozwoju moralnego według Kohlberga.</p> <p>Dojrzało szkolna i jej kryteria</p> <p>Rozwój i kształtowanie zainteresowa . Wychowanie fizyczne a zaspokajanie potrzeb dzieci i młodzie y</p> <p>Kształtowanie si osobowo ci dzieci i młodzie y.</p> <p>Charakterystyka psychologiczna wczesnej i redniej dorosło ci.</p> <p>Rola emocji w funkcjonowaniu osobowo ci. Emocje a zdolno ci adaptacyjne czlowieka... optymizm my lenie pozytywne.</p> <p>Aspiracje jednostki. Definicja poj cia. Okre lenie poziomu aspiracji. Znaczenie znajomo ci poziomu aspiracji w procesie nauczania i wychowania.</p> <p>Trudny ucze . Elementy psychologii klinicznej dziecka. Zaburzenia rozwoju u dzieci i młodzie y.</p> <p>Psychologiczne aspekty niepowodze szkolnych i trudno ci wychowawczych</p> <p>Trudno ci pocz tkuj cego nauczyciela. Stres nauczyciela. Samopoznanie nauczyciela.</p> <p>Metody bada psychologicznych i mo liwo ci ich zastosowania w praktyce szkolnej.</p>	30

Literatura

Podstawowa

Franken r. , Psychologia motywacji, Gdańskie wydawnictwo psychologiczne, Gdańsk 2005

Łosiak W. , Psychologia emocji. , Waip , Warszawa 2007

Strelau J. , Doliński D. , Psychologia akademicka. Podręcznik, Gdańskie wydawnictwo psychologiczne, Gdańsk 2016

Zimbardo P., Johnson R. Mccan V. , Psychologia kluczowe koncepcje, Wyd. nauk. Pwn, Warszawa 2014

Uzupełniająca

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	90	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w cięle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	45	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	45	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	28	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	210	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	7	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	92	3,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Psychologia rozwojowa				
Course / group of courses:	Developmental Psychology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206184	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	P	30	Zaliczenie z ocen	3
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			45		4
Koordinator:	dr Waław Srebro				
Prowadz cy zaj cia:	dr Waław Srebro				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Student zaliczył kurs psychologii na I roku studiów.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	prezentuje zaawansowan wiedz o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawdziwo ci rz dz ce zwi zkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodz ce mi dzy nimi relacje i zakłócenia	WF1_W04	kolokwium, wypowied ustna
2	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le	WF1_U07	obserwacja wykonania zada
3	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	obserwacja wykonania zada

4	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia się przez całe życie	WF1_U16	obserwacja wykonania zadania, wypowiedź ustna
5	skutecznie posługuje się podstawowym sprzętem służącym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosować właściwe metody badawcze, potrafi ocenić podstawowe parametry opisujące ruch, np. zakres ruchu	WF1_U18	obserwacja wykonania zadania
6	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej	WF1_K01	obserwacja zachowania, wypowiedź ustna
7	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i współczucie z powodu ewentualnych schorzeń	WF1_K06	obserwacja zachowania

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady z wykorzystaniem środków audiowizualnych natomiast wiczenia z elementami zajęć warsztatowych, prezentacjami studentów oraz panelami dyskusyjnymi.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

- wiedza:**
ocena kolokwium (ocena kolokwium (określonej formy, np. test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi, test online, sprawdzian, inne))
ocena wypowiedzi ustnej (ocena wystąpienia podczas referatu;)
- umiejętności:**
obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla danego zadania zawodowego)
ocena wypowiedzi ustnej (ocena wystąpienia podczas referatu;)
- kompetencje społeczne:**
obserwacja zachowania (obserwacja zachowania indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)
ocena wypowiedzi ustnej (ocena wystąpienia podczas referatu;)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr na podstawie obecności, aktywności na zajęciach

Treści programowe (opis skrócony)

Kurs obejmuje podstawowe informacje na temat przebiegu i dynamiki rozwoju psychicznego człowieka ze szczególnym uwzględnieniem dzieciństwa i młodości. Przedstawiono również wybrane problemy dorastającej młodzieży i strategię wychowawczą.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

	Liczba godzin
Semestr: 6	
Forma zajęć: wykład	
Wykłady: -Kształtowanie się psychologii rozwoju człowieka -Pojmowanie rozwoju, rodzaje zmian rozwojowych, indywidualny charakter zmian rozwojowych. -Mechanizm zmiany rozwojowej. -Różnice indywidualne w rozwoju psychicznym -Kształtowanie się osobowości w ujęciu wybranych teorii psychologicznych. -Rozwój społeczny jako przygotowanie do uczestnictwa w życiu zbiorowym i tworzenia nowych relacji interpersonalnych -Rozwój emocjonalny. Dynamika i zakres reakcji emocjonalnych w okresie adolescencji. -Konformizm moralny jako przejaw moralności okresu dorostania. -Rozwój psychoseksualny. Przyjaźnie heteroseksualne. Miłość i kontakty seksualne.	15
Forma zajęć: wiczenia praktyczne	
wiczenia: -Badanie rozwoju psychicznego człowieka -Charakterystyka psychologiczna średniego dzieciństwa. -Rozwój w okresie młodszego wieku szkolnego. -Problematyka dorostania	30

<ul style="list-style-type: none"> -Główne zadania rozwojowe okresu dorastania: samopoznanie i samoocena. -Psychologiczne problemy uzależnienia w okresie dojrzewania -Rozwój psychoseksualny Przyjaciele heteroseksualne. -Miłość, kontakty seksualne. -Relacje młodzieży z rodziną. Patologia rodziny. -Wychowanie jako czynnik rozwoju jednostki w zakresie związków społecznych. -Interakcje wychowawcze i ich rodzaje. Strategia działań wychowawczych. -Wczesna dorosłość. Zadania jednostki w tym okresie. -Funkcjonowanie ludzi starszych się. 	30
---	----

Literatura
Podstawowa
Kaja B.M., Psychologia wspomaganie rozwoju. Zrozumieć świat życia człowieka., GWP, Gdańsk 2010
Przetacznik –Gierowska M., Włodarski Z., Psychologia wychowawcza, Wyd. Nauk, PWN, Warszawa 2002
Schaffer R.H., Psychologia rozwojowa. Podstawowe pojęcia, Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2010
Strelau J., Doliński D., (red), Psychologia akademicka Tom I; Tom II., GWP, Gdańsk 2011
Trempała J. (red.) , Psychologia rozwoju człowieka, Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2011
Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporządowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	45	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	22	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	27	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	46	1,5
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor sportu				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Psychologia sportu				
Course / group of courses:	Psychology of Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205892	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4
Koordynator:	dr hab. Janusz Zdebski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Janusz Zdebski				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Zaliczenie kursu psychologii na roku pierwszym			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Zna podstawowe poj cia i koncepcje z zakresu psychologii sportu, prawidłowo ci rozwoju psychicznego zawodników i oraz praw rz dz cych relacjami interpersonalnymi	WF1_W04	wypowied ustna
2	Rozumie specyfik psychologiczn aktywno ci sportowej	WF1_W16	wypowied ustna
3	Dokonuje obserwacji zachowa uczniów, kształtuje ich postawy wobec sportu, dokonuje ich ustnej prezentacji	WF1_U07	ocena aktywno ci

4	Przygotowuj c konspekt treningu lub lekcji uwzgl dnia posiadn wiedz psychologiczn	WF1_U10	praca pisemna
5	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	ocena aktywno ci
6	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu zrealizuje go w praktyce	WF1_U20	praca pisemna
7	Obiektywnie ocenia swoje kompetencje, zasięga porady specjalistów w razie potrzeby	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	Potrafi rozwi za problemy zwi zane z prowadzeniem lekcji wychowania fizycznego i treningu, umiejętnie kieruje prac grupy sportowej, jest empatyczny i wyrozumiały	WF1_K07	obserwacja zachowa
9	docenia prac i post py poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich pora ek;	WF1_K08	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Metody podaj ce (wykład problemowy), metody poszukuj ce , metody dyskusji (panel, referaty wygłaszane przez studentów))

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej;)

umiej tno ci:

ocena aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach)

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest : obecno na zaj ciach,pozytywna ocena z przygotowanego opracowania oraz z kolokwium zaliczeniowego. Kryterai ; 90-100 % punktów bdb, 89-85% db plus, 84-71% db, 70-66% plus dst,50-65% dst

Tre ci programowe (opis skrócony)

Kurs obejmuje podstawowe problemy zwi zane z aktywno ci fizyczn na lecjach wychowania fizycznego oraz uprawianiem sportu przez dzieci i młodzie .

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zaj : **wykład**

Przedmiot i zadania psychologii aktywno ci fizycznej
 Psychologiczna charakterystyka aktywno ci sportowej
 Wybrane metody bada psychologicznych i możliwo ich zastosowania w praktyce nauczyciela wychowania fizycznego i trenera (obserwacja, wywiad, eksperyment)
 Procesy poznawcze w aktywno ci sportowej. Wra enia, spostrze enia, uwaga
 Procesy zapami tywania ruchu
 Aktywno fizyczna jako ródło zaspokajania potrzeb dzieci i młodzie y
 Kształtowanie pozytywnych postaw wobec aktywno ci sportowej
 Optymalna sylwetka osobowo ciowa nauczyciela wychowania fizycznego i trenera
 Zdolno ci i uzdolnienia w aktywno ci sportowej
 Psychospołeczne aspekty sportu dzieci i młodzie y
 Grupa sportowa. Jako grupa społeczna
 Decyzje grupowe w sporcie
 Przywództwo w grupie sportowej

30

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

<p>Uczenie się czynności ruchowych. Stosowanie wzmacnień. Stereotyp dynamiczny</p> <p>Psychologiczne problemy uczestnictwa w sporcie dzieci i młodzieży.</p> <p>Agresja a sport. Przyczyny. Kontekst społeczny oraz indywidualny</p> <p>Wspomaganie mentalne w sporcie</p> <p>Oddziaływanie wychowawcze w sporcie. Sport a problemy okresu dojrzewania.</p> <p>Wychowawcza funkcja oceny w edukacji szkolnej</p> <p>Rola aktywności ruchowej w życiu człowieka poprzez wszystkie okresy rozwojowe.</p> <p>Temperament człowieka i jego związki z uprawianiem sportu</p> <p>Aktywność sportowa jako źródło stresu dzieci i młodzieży.</p> <p>Przyczyny korzystania z dopingu farmakologicznego w sporcie</p> <p>Komunikacja trenera i zawodnika</p> <p>Aktywność ruchowa jako element zdrowego stylu życia</p>	30
---	----

Literatura
Podstawowa
Blecharz J., Siekańska M., Mój sport, moja radość. 10 zasad treningu dla dzieci uprawiających sport, GWP, Gdańsk 2009
Blecharz J., Siekańska M. (red.), Praktyczna psychologia sportu. Wykorzystanie koncepcji psychologicznych w sporcie., AWF, Kraków 2009
Graczyk J., Sankowski T., Psychologia aktywności sportowej, AWF, Poznań 2007
Jarvis M., Psychologia sportu, gdańskie wydawnictwo psychologiczne, Gdańsk 2003
Krawczyński M., (red.), psychologia sportu dzieci i młodzieży. Wybrane zagadnienia., Pomorska Federacja Sportu, Gdańsk 2010
Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	15	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	19	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	120	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	61	2,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpo-
średniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpiecze stwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Reagowanie kryzysowe				
Course / group of courses:	Emergency Response				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205851	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5		45	Zaliczenie z ocen	3
	6		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
Razem			90		6
Koordinator:	magister Tomasz Brzoza				
Prowadz cy zaj cia:	mgr in . Andrzej Kłopocki				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowa wiedza z zakresu bezpiecze stwa pa stwa			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj o tematyce zwi zanej z reagowaniem kryzysowym	WF1_W11	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz z zakresu uzytecznych warto ci kultury fizycznej i sprawnoci fizycznej oraz mo liwo ci zastosowania ich w praktyce obronnej, a w tym teorii i zasad strzelania;	WF1_W17	kolokwium
3	posiada wiedz na temat wspóczesnych zagro e i rozumie jak reagowa na nie z wykorzystaniem poznanych teorii funkcjonowania	WF1_W18	kolokwium

3	człowieka;	WF1_W18	kolokwium
4	zna podstawowe reguły obronności i bezpieczeństwa w kontekście reagowania kryzysowego;	WF1_W19	kolokwium
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyslenia;	WF1_U07	wykonanie zadania
6	posiada umiejętność wykorzystania własnego potencjału motorycznego do prowadzenia podstawowych działań obronnych;	WF1_U23	wykonanie zadania
7	właściwie zachowuje się w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, prawidłowo wykorzystuje nabyte umiejętności ruchowe w sytuacjach ekstremalnych;	WF1_U24	wykonanie zadania
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	jest świadomy konieczności wychowywania i edukowania młodego pokolenia w duchu patriotyzmu;	WF1_K09	obserwacja zachowa
10	prawidłowo reaguje w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa i motywuje do kolektywnego działania.	WF1_K10	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady, prezentacje multimedialne z zastosowaniem technik komputerowych, praca koncepcyjna i twórcza studentów.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 5 na podstawie pisemnych kolokwium, egzamin pisemny semestr 6.

Treści programowe (opis skrócony)

Zdobycie wiedzy z zakresu zarządzania w sytuacjach kryzysowych. Nabycie umiejętności dostrzegania i analizy zagrożenia współczesnego świata, jak również rozumienia mechanizmów funkcjonowania instytucji odpowiedzialnych za zapobieganie sytuacjom kryzysowym, reagowanie kryzysowe i zwalczanie skutków

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

	Liczba godzin
Semestr: 5	
Forma zajęć : wiczenia audytoryjne	
Sytuacja kryzysowa a kryzys. Istota zarządzania kryzysowego. Prawne aspekty zarządzania kryzysowego. Zakres, zadania i podstawowe kategorie zarządzania kryzysowego. Fazy zarządzania kryzysowego. Organizacja pracy zespołów zarządzania kryzysowego. Organizacja zarządzania kryzysowego w Polsce. Kompetencje organów publicznych w zarządzaniu kryzysowym w RP. Podmioty wykonawcze w zarządzaniu kryzysowym. Klęski żywiołowe i katastrofy oraz ich skutki dla ludności, mienia, infrastruktury i środowiska. Zadania z zakresu ochrony infrastruktury krytycznej.	45
Semestr: 6	
Forma zajęć : wykład	
Organizacja pracy zespołów zarządzania kryzysowego w poszczególnych fazach i na poszczególnych szczeblach. Stosowanie procedur podejmowania decyzji przy wykonywaniu zadań w zakresie zarządzania kryzysowego.	15
Forma zajęć : wiczenia audytoryjne	

Organizacja i zadania centrum reagowania w gminie oraz centrum zarządzania kryzysowego w powiecie i województwie. Lokalizacja i organizacja centrum reagowania kryzysowego na szczeblu gminy, powiatu i województwa. Analiza współczesnych zagrożeń bezpieczeństwa. Analiza podstawowych problemów i przyczyn powstawania sytuacji kryzysowych. Analiza skutków klęsk żywiołowych i katastrof dla ludności, mienia, infrastruktury i środowiska.	30
---	----

Literatura	
Podstawowa	
G. Sobolewski, D. Majchrzak (red.), Wybrane zagadnienia zarządzania kryzysowego, AON, Warszawa 2012	
G. Sobolewski, D. Majchrzak (red.), Zarządzanie kryzysowe w systemie bezpieczeństwa narodowego, AON, Warszawa 2011	
W. Lidwa (red.), Narodowy system zarządzania kryzysowego w Polsce, PWSZ, Kalisz 2013	
Uzupełniająca	

Dane jakościowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	90	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	35	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	35	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	18	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	180	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	6	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	92	3,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Rytmika i taniec				
Course / group of courses:	Rhythmics and Dance				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205963	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		4	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordinator:	magister Magdalena Zyznar-Wardzała				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Magdalena Zyznar-Wardzała				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	wypowied ustna
2	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie rytmiki i ta ca	WF1_U01	wykonanie zadania
3	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscypliny taneczne na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania

5	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu rytmiki i tańca i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
6	wła ciwie wykorzystuje muzykę do zajęć ruchowych, potrafi nauczyć podstawowych kroków wybranych tańców narodowych i towarzyskich;	WF1_U14	wykonanie zadania
7	wła ciwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Metody nauczania ruchu: syntetyczna, analityczna
 Metody prowadzenia lekcji: odtwórcze (naśladowcza, zadaniowa, programowego uczenia się)
 Metody nauczania: pogadanka, opis, pokaz)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z oceną semestr IV. Warunkiem zaliczenia jest aktywny udział w zajęciach, zaliczenie podstawowych elementów technicznych w formie sprawdzianu.

Treści programowe (opis skrócony)

Opanowanie podstawowych elementów technicznych wybranych tańców. Nauka tańca z partnerem

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć: **wiczenia praktyczne**

1. Bhp na zajęciach rytmiki i tańca.
2. Regulamin korzystania z sali gimnastycznej (choreograficznej).
3. Taniec towarzyski - historia, definicje, podział.
4. Opanowanie umiejętności praktycznych z zakresu poszczególnych tańców:
 - a). Walc angielski (krok podstawowy po kwadracie, krok podstawowy po kwadracie w prawą stronę i lewą stronę, kroki zmienne)
 - b). Walc wiedeński (kroki balansowe do przodu i tyłu, w obrocie i na boki)
 - c). Cha-cha (krok elementarny, krok podstawowy, new York, hand to hand, tree cha chas, obrót)
 - d). Samba (krok podstawowy do przodu i tyłu, w obrocie, na boki)
 - e). Jive (krok podstawowy, odejście partnerki, obrót partnerki)
 - f). Krakowiak (cwał, kaszka, kszesane, chołpce)
 - g). Polonez (krok podstawowy, czwórki, tunel)
 - h). Mazur (krok podstawowy)
 - i). Pozycje klasyczne (pozycje stóp: I, II, III, IV, pozycje ręk: podstawowa, I, II, III)
 - j). Taktowanie (na 2, na 4)

30

Literatura
Podstawowa
Hryniewiecka J., Pięta ców polskich, CPARA, Warszawa 1970
Waganowa A. , Zasady tańca klasycznego, PWM, Kraków 1961
Wieczysty M. , Tańca czy mo e ka dy, Polskie Wydawnictwo Muzyczne 1981
Uzupełniają ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	12	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	12	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	4	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,1
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Seminarium dyplomowe				
Course / group of courses:	Diploma Seminar				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205971	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	9	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	15	Zaliczenie z ocen	2
	6	S	30	Zaliczenie z ocen	7
Razem			45		9
Koordynator:	dr Andrzej Nosiadek				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Andrzej Nowakowski, dr hab. Zbigniew Szyguła, prof. dr hab. Ryszard arów				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Ogólna wiedza teoretyczna z przedmiotów obj tych planem studiów trzech lat studiów licencjackich			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własno ci przemysłowej;	WF1_W10	wypowied ustna
2	umiej tnie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz ;	WF1_U02	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania

4	wła ciwie ocenia swój wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(Prowadzący seminarium (promotor) przekazuje jego uczestnikom podstawowe zasady uznane w metodologii nauk, weryfikując postępy pracy.)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Słone określone przez prowadzącego seminarium (promotora) oraz regulamin studiów. Główne kryteria to: terminowość i rzetelność w tworzeniu pracy licencjackiej.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Systematyczne sporządzanie pracy licencjackiej zgodnie ze współczesnymi zasadami metodologii naukowej			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 5			
Forma zajęć: seminarium dyplomowe			
Zapoznanie uczestników z kanonami sztuki pisania pracy promocyjnej oraz z zasadami języka, terminologii i metodologii naukowej.			15
Semestr: 6			
Forma zajęć: seminarium dyplomowe			
Bieżąca kontrola nad postępami prac uczestników. Przygotowanie do zakończenia pracy, jej kontrola antyplagiatowa i przystąpienie do końcowego egzaminu.			30
Literatura			
Podstawowa			
Kuc R.B., Funkcje nauki. Wstęp do metodologii. Nauka nie jest grą, Warszawa 2012			
Zenderowski J., Praca magisterska, licencjat: krótki poradnik po metodologii pisania i obrony pracy dyplomowej, Warszawa 2009			
Zieliński J., Metodologia pracy naukowej,, Warszawa 2012			
Uzupełniająca			

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	45
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	70

Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	70	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	69	
Inne	15	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	270	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	9	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	46	1,5
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Sport do wyboru: fitness				
Course / group of courses:	Optional Sport: Fitness				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205975	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		fakultatywny	
Rok studiów:	3	Semestr:		5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordinator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
dobra koordynacja wzrokowo ruchowa, słuch muzyczny			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego	WF1_W08	wypowied ustna
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych	WF1_W11	wypowied ustna
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie jtno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y	WF1_U06	wykonanie zadania

5	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku	WF1_U09	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie wykorzystuje muzyk do zaj ruchowych, potrafi nauczy podstawowych kroków wybranych ta ców narodowych i towarzyskich	WF1_U14	wykonanie zadania
8	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie	WF1_U16	wykonanie zadania
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	samoocena
10	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
11	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Pokaz i teoretyczne obja nienie.
Prezentacja techniki wykonania poprzez metody praktycznego działania oraz wykorzystania rodków audiowizualnych.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej);

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)

samoocena (ocena własnych umiej tno ci lub kompetencji dokonana przez studenta)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 5 na podstawie oceny umiej tno ci praktycznych

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z podstawowymi poj ciami dotycz cymi muzyki, kroków podstawowych i rozszerzonych; doskonalenie poznanych układów choreograficznych w dance-aerobik i step-aerobik. Zastosowanie wicze Pilatesa jako gimnastyki leczniczej u osób z problemami zdrowotnymi dotycz cymi kr gostupa. wiczenia siłowe na siłowni. Tabata i obwody stacyjne. Nordic Walking.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zaj : **wiczenia laboratoryjne**

- wprowadzenie do aerobiku, zarys historii aerobiku w Polsce i na wiecie, podział kroków fitness, muzyka i jej rozliczenie, kroki podstawowe w dance-aerobiku i hi/low; rozgrzewka i Stretching, nauka prostych układów choreograficznych, ł czenie kroków podstawowych, doskonalenie układów choreograficznych, tranzycja, wprowadzenie trudniejszych kroków na bazie kroków podstawowych, układy w ró nych kierunkach, wiczenia siłowe na siłowni, kroki podstawowe w step-aerobiku, proste układy choreograficzne na stepie i doskonalenie układów choreograficznych na stepie, wiczenia kształtuj ce sylwetk – Pilates, Total Body Condition - wiczenia wzmacniaj ce z przyborami: piłki, ta my Thera Band, obwody stacyjne, tabata

30

Literatura

Podstawowa

Dorota Olex , Fitness; metodyka i praktyka, AWF Katowice 2001

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Sport do wyboru: narciarstwo alpejskie				
Course / group of courses:	Optional Sport: Alpine Skiing				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205974	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordynator:	dr Mariusz Pocięcha				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek, mgr Przemysław Markowicz, dr Mariusz Pocięcha				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Przeci tny poziom sprawno ci fizycznej.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	praca pisemna
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania

5	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
7	wła ciwie wykorzystuje muzyk do zaj ruchowych, potrafi nauczy podstawowych kroków wybranych ta ców narodowych i towarzyskich;	WF1_U14	wykonanie zadania
8	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	ocena aktywno ci
10	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
11	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(omówienie, instrukta , pokaz, prezentacja multimedialna, metody: zadaniowa, analityczna, syntetyczna, kompleksowa)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

- ocena kolokwium (ocena kolokwium)
- ocena pracy pisemnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej;)

umiej tno ci:

- ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

- obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)
- ocena aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne jazdy na nartach, sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria i metodyka doskonalenia techniki narciarstwa zjazdowego. Teoretyczne aspekty narciarstwa alpejskiego.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

	Liczba godzin
--	---------------

Semestr: 5

Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)

1. Doskonalenie podstawowych elementów techniki narciarstwa alpejskiego - 6h.	30
2. Doskonalenie skr tów z półplugu, plugu i podstawowych skr tów równoległych - 5h.	
3. Doskonalenie skr tu równoległego NW - 5h.	
4. Doskonalenie migu - 5h.	
5. Jazda terenowa w ró nych warunkach niegowiska - 5h.	
6. Zaliczenie praktyczne - 3h.	
7. Zaliczenie teoretyczne - 1h.	

Literatura

Podstawowa

Marasek A. , Bezpiecze stwo w górach - Ratownictwo, SITN- PZN, .Kraków 2002

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	10	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	45	1,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Sport do wyboru: unihokej				
Course / group of courses:	Optional Sport: Floorball				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205985	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		fakultatywny	
Rok studiów:	3	Semestr:		5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordynator:	magister Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania gry w unihokeja, zna przepisy oraz podstawy treningu tej dyscypliny;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie gry w unihokeja;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dziuje na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y w unihokeja;	WF1_U06	wykonanie zadania

5	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu gry w unihokeja i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
6	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia się przez całe życie;	WF1_U16	wykonanie zadania
7	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Pokaz i teoretyczne objaśnienie. Prezentacja techniki wykonania poprzez metody praktycznego działania oraz wykorzystania środków audiowizualnych)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 5, na podstawie obecności i aktywności na zajęciach, pisemnego sprawdzianu wiadomości i oceny umiejętności technicznych.

Treści programowe (opis skrócony)

Nabywanie umiejętności nauczania gry w unihokeja w szkole i sekcjach UKS i SKS. Podstawy techniki gry, metodyki nauczania, przepisów rozgrywania zawodów w unihokeja.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zajęć : **wiczenia laboratoryjne**

Technika gry. Gra w ataku: postawa, poruszanie się po boisku, podania i przyjęcia piłki, prowadzenie piłki, strzały, zwody. Gra w obronie: poruszanie w obronie, wygarnianie piłki, blokowanie strzałów, przechwytywanie podań, reagowanie na zwody przeciwnika. Taktyka gry: atak indywidualny, atak zespołowy, obrona indywidualna i zespołowa. Gra bramkarza. Sprawdzian umiejętności technicznych.

Organizacja zajęć .

Prowadzenie lekcji unihokeja z bramkarzem i bez bramkarza. Opracowanie konspektów lekcji dla poszczególnych etapów nauczania. Przepisy gry.

30

Literatura

Podstawowa

Kałuży K., Unihokej. Zabawy i gry ruchowe, AWF, Wrocław 2006

Starzyńska S., Tywoniuk – Małysz A., Unihokej, Podstawy techniki i taktyki w wiczeniach, grach i zabawach, Polska Federacja Unihokeja – Floorball, Gdańsk 2010

Przepisy gry w unihokeja – wydanie polskie , Warszawa 2002

Uzupełniająco

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	9	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Sport do wyboru: wspinaczka				
Course / group of courses:	Optional Sport: Climbing				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205976	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		fakultatywny	
Rok studiów:	3	Semestr:		5	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordinator:	magister Marcin Bibro				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Marcin Bibro				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
minimum rednia sprawno fizyczna			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologii wysiłku fizycznego;	WF1_W05	wypowied ustna
2	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)			
(pokaz, instrukta , działanie praktyczne - indywidualne i grupowe, samokształcenie)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);	
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)	
kompetencje społeczne: obserwacja zachowań (obserwacja zachowań indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
Warunki zaliczenia	
Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest: obecność na zajęciach zgodnie z Regulaminem Studiów, aktywny udział w zajęciach, przygotowanie do zajęć, przygotowanie i poprowadzenie wybranych technik wspinaczkowych. Szczegółowe kryteria oceny podaje prowadzący na pierwszych zajęciach.	
Treści programowe (opis skrócony)	
1. Zapoznanie ze sztuczną ścianą 2. Podstawowe informacje o sprzęcie 3. Zasady asekuracji 4. Wzrosty i ich zastosowanie 5. Nauczanie techniki wspinania 6. Zasady uprawiania wspinaczki w Polsce, system szkolenia.	
Content of the study programme (short version)	
1. Acquaintance with the artificial wall 2. Basic information about the equipment 3. Principles of belaying 4. Nodes and their application 5. Teaching climbing techniques 6. Principles of practicing climbing in Poland, training system.	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 5	
Forma zajęć : wiczenia specjalistyczne (sportowe)	
Zasady bezpieczeństwa na zajęciach wspinaczkowych. Regulamin korzystania z sali gimnastycznej, ścianki wspinaczkowej. Zasady asekuracji: właściwe ubranie i zapinanie uprzęży, przywiązanie do niej liny, asekuracja na wódkach (obsługa kubka lub płytki); właściwa postawa asekurującego, asekuracja w trakcie boulderingu. Podstawowe techniki wspinania: wykorzystanie chwytów i stopni; ustawienia ciała: pozycja frontalna i boczna; wspinaczka statyczna i dynamiczna; poruszanie się w terenie przewieszonym. Współzawodnictwo sportowe, zawody z cyklu Pucharu Wiatra oraz Mistrzostw Wiatra, konkurencje i kategorie wiekowe. Zawody organizowane w Polsce.	30
Literatura	
Podstawowa	
C. Luebben , Wspinaczka w skałę, Galaktyka, 2012	
E. J. Horst , Trening wspinaczkowy , Warszawa 2014	
Łukasz Kaczmarek , Trening uzupełniający dla wspinaczy i nie tylko , Góry Books 2015	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	30
Konsultacje z prowadzącym	2
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	10

Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	18	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	0	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Statystyka matematyczna				
Course / group of courses:	Mathematical Statistics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205972	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	3	Semestr:	5, 6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
	6	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2
Koordynator:	mgr. in . Piotr Kisilewicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr in . Piotr Kisilewicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski, semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Umiej tno pracy w systemie Windows. Znajomo pakietów składaj cych si na pakiet MS Exel.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	potrafi korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych;	WF1_U03	wykonanie zadania
2	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)			

(wiczenia, pokaz i obja nienie z wykorzystaniem rodków audiowizualnych.)	
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si	
umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)	
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)	
Warunki zaliczenia	
Zaliczenie z ocen semestr 5 i 6 na podstawie pozytywnej oceny 60% wicze przesyłanych z wykorzystaniem poczty internetowej.	
Tre ci programowe (opis skrócony)	
Zastosowanie programu MS Excel do oblicze statystycznych. Zastosowanie podstawowych sposobów obliczania i diagnozowania w statystyce	
Content of the study programme (short version)	
Tre ci programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 5	
Forma zaj : zaj cia z technologii informacyjnych	
Praktyczne obliczanie podstawowych charakterystyk dla prób jednej zmiennej przy u yciu funkcji Excela, tworzenie histogramu przy u yciu narz dzi wbudowanych w Excela, budowanie empirycznej dystrybuanty w oparciu o empiryczny rozkład cz stotliwo .	15
Semestr: 6	
Forma zaj : zaj cia z technologii informacyjnych	
obliczanie współczynników sko no ci i spłasz-czenia; obliczanie przedziałów ufno ci dla redniej i wariancji; praktyczne wiczenia w za-sto-sowaniu wybranych testów istot-no ci; zastosowanie wbudowanych w Excela narz dzi do obli-cze regresji i korelacji; test istotno ci korelacji.	15
Literatura	
Podstawowa	
Adam Łomnicki , Wprowadzenie do statystyki dla przyrodników, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2003	
Janina Jó wiak, Jarosław Podgórski, Statystyka od podstaw, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2001	
Jarosław Podgórski, Statystyka dla studiów licencjackich, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2005	
Uzupełniaj ca	

Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaj ciach	30
Konsultacje z prowadz cym	1
Udział w egzaminie	0
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10
Przygotowanie do kolokwii i egzaminu	10
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	9
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	31	1,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Szkolenie BHP				
Course / group of courses:	Health and Safety Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205947	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	0	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	W	4	Zaliczenie	0
Razem			4		0
Koordinator:	magister Sławomir Ptak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Ryszard Mysior				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
ogólna znajomo reguł BHP			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zasady bezpiecze stwa i higieny pracy w instytucjach edukacyjnych, wychowawczych i opieku nych oraz odpowiedzialno ci prawnej nauczyciela w tym zakresie, a tak e zasady udzielania pierwszej pomocy;	1.1.11	wykonanie zadania
Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)			
(wykład informacyjny i konwersatoryjny, prezentacja multimedialna)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza:			
ocena wykonania zadania (obecno w trakcie szkolenia)			

Warunki zaliczenia	
Obecno na zaj ciach. W przypadku nieobecno ci usprawiedliwionej student uczestniczy w szkoleniu w innym terminie (ustalonym z prowadz cym zaj cia).	
Tre ci programowe (opis skrócony)	
Zapoznanie z podstawowymi poj ciami, przepisami i zasadami dotycz cymi zdarze wypadkowych, ochrony przeciwpo arowej, organizacji i ergonomii stanowisk nauki oraz wyst puj cych czynników uci liwych, szkodliwych i niebezpiecznych.	
Content of the study programme (short version)	
Getting familiar with basic concepts, rules and principles related to accidents at work, fire protection, organisation and ergonomics of places where the learning processes take place as well as existing noxious, harmful and dangerous factors.	
Tre ci programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zaj : wykład	
<p>Przepisy reguluj ce organizacj i bezpiecze stwo pracy i nauki na terenie PWSZ</p> <p>1. USTAWA Prawo o szkolnictwie wy szym, w zakresie:</p> <p>1) ustroju i organizacji uczelni,</p> <p>2) organów kolegialnych i jednoosobowych uczelni i ich kompetencji,</p> <p>3) praw, obowi zków i odpowiedzialno ci dyscyplinarnej studentów,</p> <p>4) utrzymania porz dku i bezpiecze stwa na terenie uczelni.</p> <p>2. Statut i Regulamin Studiów w Pa stwowej Wy szej Szkole Zawodowej w Tarnowie, w zakresie:</p> <p>1) praw i obowi zków studenta,</p> <p>2) bezpiecze stwa podczas zaj organizowanych na /poza terenem Uczelni,</p> <p>3) bezpiecze stwa podczas przebywania na terenie Uczelni.</p> <p>3. Rozporz dzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wy szego w sprawie bezpiecze stwa i higieny pracy w uczelniach, w zakresie:</p> <p>1) ogólnych przepisów dotycz cych bezpiecze stwa na terenie uczelni,</p> <p>2) bezpiecze stwa pracy i nauki w laboratoriach i pracowniach specjalistycznych,</p> <p>3) bezpiecze stwa w domach studenckich,</p> <p>4) bezpiecze stwa na terenie uczelni.</p> <p>4. Instrukcja post powania w sprawie ustalania okoliczno ci i przyczyn wypadków studentów w Pa stwowej Wy szej Szkole Zawodowej w Tarnowie, w zakresie:</p> <p>1) zdefiniowania wypadku studenta,</p> <p>2) trybu zgłaszania wypadku i ustalania okoliczno ci zdarzenia wypadkowego,</p> <p>3) sporz dzenia dokumentacji powypadkowej, w tym „protokołu ustalenia okoliczno ci i przyczyn wypadku studenta”,</p> <p>5. Zakres zaopatrzenia studentów z tytułu ubezpieczenia NW.</p> <p>Ustawa o zaopatrzeniu z tytułu wypadków lub chorób zawodowych powstałych w szczególnych okoliczno ciach, w zakresie:</p> <p>1) okre lenie okoliczno ci wypadku uzasadniaj cego przyznanie wiadcze z tytułu wypadku w szczególnych okoliczno ciach,</p> <p>2) wiadczenia z tytułu wypadku w szczególnych okoliczno ciach, grupa uczniów i studentów.</p> <p>6. Zarz dzenia w sprawie regulaminów porz dkowych w pracowniach i laboratoriach.</p> <p>7. Zasady post powania w zakresie ograniczenia zaka eniem COVID-19 na terenie Uczelni.</p>	4
<p>Profilaktyka i ochrona p-po arowa na terenie PWSZ</p> <p>1. Ustawa o ochronie przeciwpo arowej oraz aktów wykonawczych, w zakresie:</p> <p>1) ogólnych zasad bezpiecze stwa po arowego,</p> <p>2) charakterystycznych przyczyn po arów,</p> <p>3) profilaktyki p-po arowej.</p> <p>2. Ochrona przeciwpo arowa oraz zasady post powania w przypadku po aru lub innego zagro enia na terenie uczelni według zasad okre lonych w instrukcjach bezpiecze stwa po arowego, w zakresie:</p> <p>1) identyfikacji zagro e po arowych wyst puj cych na terenie Uczelni,</p> <p>2) rozmieszczenia i u ytkowania podr cznego sprz tu ga niczego,</p>	

- 3) dróg i kierunków ewakuacji, zasad przemieszczania się podczas ewakuacji,
- 4) rozmieszczenia na terenie Uczelni miejsc zbiórki podczas ewakuacji,
- 5) zasad i sposobów komunikowania o ewakuacji na terenie PWSZ,
- 6) dróg po arniczych na terenie Uczelni.
- 7) Udzielanie pomocy osobom niepełnosprawnym podczas ewakuacji.

Organizacja punktów pierwszej pomocy i zasad udzielania pomocy przedlekarskiej

1. Zasady udzielania pomocy przedlekarskiej, w przypadkach:

- 1) zasłabnięcia i utraty przytomności,
- 2) złamania kości,
- 3) zranienia, w tym krwotoku,
- 4) zatrucia,
- 5) oparzenia.

2. Wyposażenie apteczki pierwszej pomocy.

- 1) lokalizacja punktów p-pomocy na terenie Uczelni,
- 2) wyposażenie apteczek i toreb sanitarnych,
- 3) Zasady wzywania pomocy medycznej na teren Uczelni.

Czynniki szkodliwe, niebezpieczne i uciążliwe dla zdrowia

- 1) Definiowanie czynników uciążliwych, szkodliwych, niebezpiecznych.
- 2) Grupy czynników: fizyczne, biologiczne, chemiczne, psychologiczne.
- 3) Obliczanie ryzyka zawodowego, w tym zagrożenia czynnikami biologicznymi.

Identyfikacja czynników i szacowanie ryzyka na stanowiskach dydaktycznych [pracy]

Identyfikacja czynników szkodliwych niebezpiecznych i uciążliwych dla zdrowia występujących w procesie dydaktycznym:

- 1) w pracowniach i laboratoriach,
- 2) podczas zajęć wychowania fizycznego,
- 3) związanych z pracą na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe,
- 4) podczas odbywania praktyk zawodowych,
- 5) szacowanie ryzyka.

MODUŁ ROZSZERZAJĄCY DLA KIERUNKU WYCHOWANIE FIZYCZNE

1. Organizacja zajęć w obiektach sportowych w różnych dyscyplinach.
2. Rodzki ochrony zbiorowej i indywidualnej.
3. Identyfikacja procesów pracy.

/akty prawne dotyczące:

- a) zasad bezpieczeństwa w różnych dyscyplinach sportowych,
- b) określenia warunków bezpieczeństwa osób przebywających w górach, pływających, kąpiących się i uprawiających sporty wodne.
- c) Podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas obozu zimowego, letniego i w wodnym.

Identyfikacja czynników szkodliwych niebezpiecznych i uciążliwych dla zdrowia występujących w procesie dydaktycznym oraz zasady zabezpieczania się przed nimi. Zasady stosowania środków ochrony indywidualnej.

4

Literatura

Podstawowa

Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	4	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	0	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	0	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	4	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	0	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	4	0,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Szkolenie biblioteczne				
Course / group of courses:	Library Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205946	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	0	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	1	Semestr:		1	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	W	3	Zaliczenie	0
Razem			3		0
Koordinator:	magister Marta Marcinkiewicz				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma wiedz na temat zasad korzystania z biblioteki uczelnianej, zna jej regulamin i przepisy wewn trzne;	WF1_W10	praca pisemna
2	rozumie kontekst dylematów współczesnej cywilizacji w odniesieniu do korzystania z wiarygodnych ródeł informacji naukowej;	WF1_W10	praca pisemna
3	dysponuje umiej tno ciami korzystania z zasobów katalogu biblioteki i baz danych, wła ciwie dobiera róda informacji;	WF1_U03	praca pisemna
4	potrafi komunikowa si i poszukiwa informacji naukowej u ywaj c specjalistycznej terminologii bibliotekarskiej;	WF1_U03	praca pisemna

5	samodzielnie planuje i realizuje działania podnoszące poziom własnej wiedzy naukowej i ukierunkowuje także innych w tym zakresie;	WF1_U03	praca pisemna
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
e-learning - metody i techniki kształcenia na odległość (demonstracja treści z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej, udostępnianie treści informacyjnych online.)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena pracy pisemnej (test online)			
umiejętności: ocena pracy pisemnej (test online)			
Warunki zaliczenia			
Forma zaliczenia: zaliczenie. Warunki zaliczenia: Pozytywny wynik zaliczenia testu on-line.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Przedstawienie studentom struktury i zasad funkcjonowania biblioteki uczelnianej. Zapoznanie z regułami korzystania z biblioteki oraz katalogu bibliotecznego			
Content of the study programme (short version)			
The presentation of the structure university library, rules of using and the ability of usage the library catalog.			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 1			
Forma zajęć : wykład			
Treści wstępne i ogólne: struktura biblioteki, charakterystyka księgozbioru, polityka gromadzenia. Prezentacja poszczególnych agend bibliotecznych: Wypożyczalnia: prezentacja najważniejszych punktów regulaminu dotyczących możliwości korzystania z usług wypożyczalni, zapisy do wypożyczalni, aktualizacja konta czytelnika. Wypożyczalnia Międzybiblioteczna: zasady korzystania z wypożyczalni międzybibliotecznej. Wyszczególnienie osób uprawnionych do korzystania z tej agendy. Czytelnia Komputerowa: zasady korzystania ze stanowisk komputerowych. Możliwość korzystania ze zbiorów medialnych należących do biblioteki. Czytelnia Czasopism: zasady korzystania. Czytelnia Główna: Prezentacja regulaminu czytelnicy głównej, podział księgozbioru według kierunków kształcenia i charakterystyka księgozbioru podręcznego. Obsługa systemu bibliotecznego, opcje wyszukiwania, podgląd konta czytelnika, mówienie poszczególnych komunikatów, oznaczenie opisu katalogowego, analiza oznaczeń z uwzględnieniem dostępnosci poszczególnych zbiorów.			3
Literatura			
Podstawowa			
Podstawowymi dokumentami obowiązującymi studentów jest „Regulamin organizacyjny Biblioteki Uczelnianej” oraz „Regulaminem korzystania z usług jednostek organizacyjnych biblioteki”.			

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej		nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS			
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)		Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach		3	
Konsultacje z prowadz cym		0	
Udział w egzaminie		0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)		0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj		0	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu		0	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.		0	
Inne		0	
Sumaryczne obci enie prac studenta		3	
Liczba punktów ECTS			
Liczba punktów ECTS		0	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego		L. godzin	ECTS
		3	0,0
Zaj cia o charakterze praktycznym		L. godzin	ECTS
		0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpiecze stwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	rodki bojowe				
Course / group of courses:	Combat Assets				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205850	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			45		3
Koordinator:	magister Piotr Dusza				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Piotr Dusza				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytyjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowa znajomo rodków ra enia wykorzystywanych na wspóczesnym polu walki w czasie konfliktów zbrojnych.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych	WF1_W11	kolokwium
2	posiada wiedz na temat wspóczesnych zagro e i rozumie jak reagowa na nie z wykorzystaniem poznanych teorii funkcjonowania czlowieka;	WF1_W18	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania

4	posiada umiejętność wykorzystania własnego potencjału motorycznego do prowadzenia podstawowych działań obronnych;	WF1_U23	wykonanie zadania
5	właściwie zachowuje się w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, prawidłowo wykorzystuje nabyte umiejętności ruchowe w sytuacjach ekstremalnych;	WF1_U24	wykonanie zadania
6	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
7	jest świadomy konieczności wychowywania i edukowania młodego pokolenia w duchu patriotyzmu;	WF1_K09	obserwacja zachowa
8	prawidłowo reaguje w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa i motywuje do kolektywnego działania.	WF1_K10	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady, prezentacje multimedialne z zastosowaniem technik komputerowych, zastosowanie plansz poglądowych, prezentacja broni i amunicji, wykorzystanie granatów wiczebnych, wiczenia z indywidualnymi rodzajami ochronnymi przed skutkami, praca koncepcyjna i twórcza studentów)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 4 na podstawie pisemnych kolokwium oraz wykonanie prezentacji multimedialnej semestr 4

Treści programowe (opis skrócony)

Przygotowanie studentów do pracy z uczniem w zakresie zagrożenia czasu wojny. Bronie konwencjonalne ? zapoznanie ze współczesnymi zagrożeniami czasu wojny, przedstawienie współczesnej broni konwencjonalnej i jej możliwości rażenia, zaznajomienie ze środkami ochrony przed bronią konwencjonalną. Bronie masowego rażenia ? przedstawienie rodzajów i działania broni masowego rażenia, oddziaływania toksycznych środków przemysłowych na organizmy żywe oraz kształcenie umiejętności ochrony przed bronią masowego rażenia.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

	Liczba godzin
--	---------------

Semestr: 4

Forma zajęć : **wykład**

Czynniki rażenia broni jądrowej i ich oddziaływanie na organizmy żywe. Rodzaje bojowych środków trujących i ich działanie na organizmy żywe. Toksyczne środki przemysłowe. Rodzaje i skutki działania broni biologicznej. Bojowe środki zapalające, ich rodzaje i sposoby gaszenia. Sposoby ochrony przed bronią masowego rażenia.

15

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Zasady bezpieczeństwa przy posługiwaniu się bronią i amunicją oraz materiałami niebezpiecznymi. Broń biała i jej historia. Broń palna i materiały miotające. Broń strzelecka. Broń artyleryjska. Broń specjalna. Rodzaje amunicji i jej przeznaczenie. Granaty i ładunki wybuchowe. Miny wojsk własnych oraz zasadnicze miny państw ościennych. Środki ochrony indywidualnej przed bronią konwencjonalną. Broń jądrowa i jej rodzaje.

30

Literatura

Podstawowa

Białoskórski R., Wyzwania i zagrożenia bezpieczeństwa XXI wieku, Warszawa 2010

Black J., Narzędzia wojny, Jak broń zmieniała świat, Warszawa 2008

Ejsmont J., Amunicja i jej elaboracja, Warszawa 2017

Hoog V., Amunicja strzelecka, artyleryjska i granaty, Warszawa

Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	45	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	12	
Przygotowanie do kolokwii i egzaminu	15	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	17	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	46	1,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	1,7

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Technologia informacyjna				
Course / group of courses:	Information Technology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205956	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1
Koordinator:	mgr. in . Piotr Kisilewicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr in . Piotr Kisilewicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo obsługi komputera w stopniu podstawowym w zakresie szkoły redniej			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	potrafi adekwatnie dobiera , tworzy i dostosowywa do zró nicowanych potrzeb uczniów materiały i rodki, w tym z zakresu technologii informacyjno-komunikacyjnej, oraz metody pracy w celu samodzielnego projektowania i efektywnego realizowania działań pedagogicznych, dydaktycznych, wychowawczych i opieku czych;	1.2.02	ocena aktywno ci
2	potrafi korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych;	WF1_U03	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemyle ;	WF1_U07	wykonanie zadania

4	jest gotów do kształtowania nawyku systematycznego uczenia się i korzystania z różnych źródeł wiedzy, w tym z Internetu;	D.1/E.1.K08	obserwacja zachowa
5	wła ciwie ocenia swój wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(Laboratorium komputerowe. metody podajce: objaśnienie, opis metody problemowe aktywizujące: metoda sytuacyjna, wypowiedzi indywidualne, debata metody eksponujące: prezentacja, wystawa metody praktyczne: praca przy komputerze z wykorzystaniem oprogramowania Linux/Windows/Open Office/Ms Office, praktyczne ćwiczenia weryfikujące umiejętność posługiwania się w/w narzędziami)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
umiejętności: ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach) ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Zaliczenie z ocen wystawione na podstawie pozytywnego zaliczenia zadań oraz aktywności na zajęciach (załączniki poczty e-mail). Ocena końcowa jest średnią ocen cząstkowych uzyskanych z w/w zadań. Zaliczanie zajęć jest oceniane zgodnie ze skalą ocen określoną w §19 oraz wytycznymi zawartymi w §21 oraz §22 Regulaminu Studiów PWSZ.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Kurs obejmuje programowo przegląd podstawowych zagadnień z zakresu technologii informacyjnych (IT). W skład kursu wchodzi: podstawy technik informatycznych, przetwarzanie tekstów oraz arkusze kalkulacyjne.			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 2			
Forma zajęć: zajęcia z technologii informacyjnych			
<p>1.Opanowanie umiejętności przetwarzania tekstów z wykorzystaniem edytora tekstu (Microsoft Word/Open Office Writer):</p> <p>?Podstawowe elementy edytora tekstu Ms Word/OO Writer (okna dialogowe, przyciski nawigacyjne, pola przewijania, menu kontekstowe).</p> <p>?Projektowanie i elementarne formatowanie dokumentu (otwieranie i przeglądanie dokumentu, tworzenie dokumentu, formatowanie dokumentu).</p> <p>?Projektowanie i zaawansowane formatowanie dokumentu (tabulatory, wcięcie akapitu i wyrównywanie tekstowe, symbole, znaki specjalne i znaczniki formatowania, inicjały, pola dynamiczne, nagłówki i stopki, wyliczenia i numerowania, przypisy).</p> <p>?Automatyzacja powtarzalnych czynności edytorskich (style, sekcje).</p> <p>?Tabele i popularne elementy typograficzne (tabele, ramki, kolumny).</p> <p>?Spisy i indeksy, korespondencja seryjna.</p> <p>2.Zapoznanie się z arkuszem kalkulacyjnym (Microsoft Excel/Open Office Calc):</p> <p>?Podstawowe elementy arkusza kalkulacyjnego:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wprowadzanie danych; • formuły; • adresy relatywne, absolutne i mieszane komórek; • wykresy. <p>?Zaawansowane elementy arkusza kalkulacyjnego:</p> <ul style="list-style-type: none"> • funkcje logiczne i matematyczne; • nazwy zakresów; • sortowanie danych; • filtrowanie danych; • sumy 			15
	cząstkowe,	tabele	przestawne.

Literatura

Podstawowa

Materiały do zajęć przekazywane na zajęciach, instrukcje.

OpenOffice 2.0" PracaM1_W10 zbiorowa, ;, Amistad 2005

Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyprzdkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	15	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	3	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	8	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	3	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	30	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	1	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	16	0,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Gimnastyka korekcyjna				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Teoria i praktyka post powania korekcyjnego				
Course / group of courses:	Theory and Practice of Correction Work				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	206180	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	LO	45	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Egzamin	1
Razem			75		3
Koordynator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologii wysiłku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium
2	ma podstawow wiedz na temat nieprawidłowo ci postawy ciała, wie jak rozpozna podstawowe wady postawy ciała i zaburzenia przebiegu ruchu w poszczególnych etapach ontogenezy	WF1_W13	kolokwium
3	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała lub sprawno ci fizycznej lub efektów treningu sportowego	WF1_U04	wykonanie zadania

4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle	WF1_U07	wykonanie zadania
5	wła ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobrać i przeprowadzić odpowiednie ćwiczenia służące jej skorygowaniu;	WF1_U11	wykonanie zadania
6	prawidłowo dokonuje podstawowej oceny postawy ciała oraz rozpoznaje podstawowe schorzenia narządu ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, wła ciwie doбира metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom;	WF1_U17	wykonanie zadania
7	skutecznie posługuje się podstawowym sprzętem służącym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosować właściwe metody badawcze, potrafi ocenić podstawowe parametry opisujące ruch, np. zakres ruchu;	WF1_U18	wykonanie zadania
8	wła ciwie wykorzystuje elementy masy ciała w klasycznym, jako uzupełnienie gimnastyki korekcyjnej w terapii wad postawy ciała;	WF1_U19	wykonanie zadania
9	wła ciwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
10	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i współczucie z powodu ewentualnych schorzeń;	WF1_K06	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej, objaśnienie, metoda problemowa, pokaz, prezentacja, instruktaż)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest obecność na zajęciach, pozytywne oceny z dwóch kolokwium

Treści programowe (opis skrócony)

Postawa ciała: postawa prawidłowa a wada postawy, postawa prawidłowa a budowa ciała? ćwiczenia praktyczne z oceny postawy ciała, nauka analizy postawy i ruchu, interpretacja zaobserwowanych nieprawidłowości. Wady postawy w płaszczyźnie strzałkowej: plecy okrągłe, wklęsłe, okrągło-wklęsłe, płaskie? ćwiczenia praktyczne, pokaz i omówienie przykładowych wad, korygujących wybranych wad, praca własna studentów nad przygotowaniem programu terapeutycznego, analiza i omówienie ewentualnych błędów. Boczne skrzywienia kręgosłupa? ćwiczenia praktyczne, dobór pozycji ułożeniowych, ćwiczenia asymetrycznych oraz nauka przyjmowania pozycji skorygowanej. Wady klatki piersiowej: klatka kurza i lejkowata, wady ustawienia głowy i łopatek, wady kończyn dolnych: kolana szpotawe i koławy, wady chodu, wady stóp: płaska? statyczna, płasko? koława, szpotawa, wydrążona, płaska poprzecznie. Zmiany ustawienia miednicy? ćwiczenia praktyczne, analiza przypadków, dobór ćwiczeń i przygotowanie programu terapeutycznego.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 3

Forma zajęć: **wykład**

Anatomiczne i fizjologiczne podstawy postawiania korekcyjnego (znaczenie układu kostnego i mięśniowego). Regulacja postawy ciała w ujęciu neurologicznym, rola układu nerwowego, odruchowy charakter postawy ciała. Rozwój postawy w ontogenezie, zmiany postawy ciała i okresy krytyczne. Wady postawy ciała w płaszczyźnie strzałkowej, boczne skrzywienia kręgosłupa – etiologia, patogeneza i patomechanika, podział bocznych skrzywień kręgosłupa, wady kończyn dolnych, wady stóp – metody korekcyjne: - metoda Lehnert-Schroth i Klappa, metoda Majocha i Zaleszczuka, metoda Hoppe i Dobosiewicz. Nowatorskie metody korekcji wad postawy: ćwiczenia sensomotoryczne z wykorzystaniem powierzchni niestabilnych, kontrolowanie ruchu i stabilizacja tułowia (Kinetic Control), taping medyczny, enrgizacja mięśni (TEM)

30

Forma zajęć: **wiczenia laboratoryjne**

<p>Postawa ciała: postawa prawidłowa a wada postawy, postawa prawidłowa a budowa ciała – wiczenia praktyczne z oceny postawy ciała, nauka analizy postawy i ruchu, interpretacja zaobserwowanych nieprawidłowości, Wady postawy w płaszczy nie strzałkowej: plecy okrągłe, wklęsłe, okrągło-wklęsłe, płaskie – wiczenia praktyczne, pokaz i omówienie przykładowych wiczeń korygujących wybranych wad, praca własna studentów nad przygotowaniem programu terapeutycznego, analiza i omówienie ewentualnych błędów, Boczne skrzywienia kręgosłupa – wiczenia praktyczne, dobór pozycji ułożeniowych, wiczenia asymetrycznych oraz nauka przyjmowania pozycji skorygowanej</p> <p>Wady klatki piersiowej: klatka kurza i lejkowata, wady ustawienia głowy i łopatek, wady kończyn dolnych: kolana szpotawe i kołniste, wady chodu, wady stóp: płaska – statyczna, płasko – kołniste, szpotawa, wydrążona, płaska poprzecznie. Zmiany ustawienia miednicy – wiczenia praktyczne, analiza przypadków, dobór wiczeń i przygotowanie programu terapeutycznego.</p>	45
---	----

Literatura
Podstawowa
Nowotny Janusz, Zarys rehabilitacji w dysfunkcjach narządu ruchu, Wydawnictwo AWF Katowice 1990
Romanowska Anna, Gimnastyka korekcyjno – kompensacyjna, Wydawnictwo Korepetytor, Płock 2000
Wilczyński Janusz, Korekcja wad postawy człowieka, Wydawnictwo Anthropos, Starachowice 2001
Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przygotowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	75	
Konsultacje z prowadzącym	1	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wiczenia, zajęcia	5	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	5	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	3	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	2,6
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	45	1,5

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Teoria rekreacji				
Course / group of courses:	Theory of Recreation				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	216620	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2		30	Zaliczenie z ocen	3
Razem			30		3
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Przemysław Markowicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Efekty uczenia si po pierwszym semestrze studiów z zakresu podstaw rekreacji.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)	
(wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji objaśnienie wykład problemowy wykład konwersatoryjny, metoda problemowa, metoda sytuacyjna, organizacja imprezy rekreacyjnej-przedszkole, szkoła, samokształcenie, E-learning-udostępnianie materiałów dydaktycznych-wykorzystanie platformy edukacyjnej)	
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)	
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
Warunki zaliczenia	
Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności, ocena pozytywna z wszystkich testów i sprawdzianów na temat rekreacji. Zaliczenie konspektu imprezy rekreacyjnej.	
Treści programowe (opis skrócony)	
Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez rekreacyjnych w szkole oraz poza szkołą. Wykorzystanie różnych nowoczesnych form rekreacji do uatrakcyjnienia obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowiązkowych	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zajęć: wiczenia audytoryjne	
<p>Przypomnienie podstawowych pojęć i definicji związanych z rekreacją ruchową. Znaczenie rekreacji ruchowej w życiu współczesnego człowieka - społeczne i kulturowe podstawy rekreacji ruchowej. Rekreacja ruchowa a sport, imprezy rekreacyjne a imprezy sportowe - podobieństwa i różnice. Teoretyczne podstawy organizacji imprez rekreacyjnych: klasyfikacja imprez rekreacyjnych - rodzaje imprez rekreacyjnych (festyny rekreacyjne, dzieło sportu, wiatroszkoły, amatorskie ligi, turnieje rekreacyjne, plenerowe imprezy rekreacyjne, spartakiady), etapy organizacji (regulamin imprezy), systemy rozgrywek, ocena imprezy.</p> <p>Wybrane zagadnienia z metodyki rekreacji ruchowej, rekreacja ruchowa osób o specjalnych potrzebach, charakterystyka poszczególnych rodzajów imprez rekreacyjnych. Przygotowanie konspektu organizacji imprezy rekreacyjnej. Zasady bezpieczeństwa na imprezach rekreacyjnych oraz rekreacyjno-sportowych: planowanie imprezy, zabezpieczenie medyczne, prawidłowa organizacja. Programowanie i kontrola rekreacji ruchowej. Wykorzystanie poszczególnych systemów rozgrywek w praktyce.</p>	30
Literatura	
Podstawowa	
Kurdek M., Obodyski K., Syntetyczne podstawy rekreacji i turystyki, Rzeszów 2006	
Strugarek J., Organizacja i prowadzenie imprez sportowych, rekreacyjnych i turystycznych, UAM, Poznań 2007	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	20	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	18	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,1
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	42	1,4

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Teoria sportu				
Course / group of courses:	Theory of Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205980	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	3	Semestr:		6	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6		30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			45		2
Koordynator:	dr Piotr Kuczek				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe efekty uczenia si nabyte na zaj ciach takich jak fizjologia, antropomotoryka, psychologia, biochemia.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie organizacj pracy w klasie szkolnej i grupach: potrzeb indywidualizacji nauczania, zagadnienie nauczania interdyscyplinarnego, formy pracy specyficzne dla danego przedmiotu lub rodzaju zaj : wycieczki, zaj cia terenowe i laboratoryjne, do wiadczenia i konkursy oraz zagadnienia zwi zane z prac domow ;	D.1/E.1.W07	kolokwium
2	zna istotne poj cia z zakresu sportu, posiada podstawow wiedz na temat miejsca sportu w historii, i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe warto sportu;	WF1_W01	kolokwium

3	ma zaawansowaną wiedzę obejmując terminologię, teorię i zasady nauczania, różnych dyscyplin sportowych, zna przepisy, mających powszechne zastosowanie w oświacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
4	właściwie interpretuje dane liczbowe będące wynikami oceny sprawności fizycznej lub efektów treningu sportowego;	WF1_U04	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje się z osobami w młodym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśleń dotyczących szkolenia sportowego;	WF1_U07	wykonanie zadania
7	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w młodym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
8	profesjonalnie przygotowuje konspekt treningowy lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
9	jest gotów do zachęcania uczniów do podejmowania prób badawczych oraz systematycznej aktywności fizycznej;	D.1/E.1.K03	obserwacja zachowa
10	jest gotów do stymulowania uczniów do uczenia się przez całe życie przez samodzielną pracę.	D.1/E.1.K09	obserwacja zachowa
11	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(Wykłady, prezentacje multimedialne z zastosowaniem technik komputerowych, praca koncepcyjna i twórcza studentów)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Zaliczenie na pozytywną ocenę pisemnych kolokwium, egzamin pisemny semestr.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Przygotowanie studenta do pracy z młodzieżą na poziomie wstępnego szkolenia sportowego. Program obejmuje planowanie i kontrolowanie treningu, dobór obciążeń, rozwijanie poszczególnych uzdolnień motorycznych oraz nauczanie techniki i taktyki walki sportowej			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 6			
Forma zajęć: wykład			
Taktyka i przygotowanie taktyczne. Specyfika sportu kobiet. Specyfika szkolenia sportowego dzieci i młodzieży w kolejnych okresach rozwoju. Współzawodnictwo sportowe. Metody i sposoby kontroli pracy treningowej. Psychiczne przygotowanie zawodników. Wyżywienie sportowców. Rola trenera w procesie treningowym i wychowawczym.			15
Forma zajęć: wiczenia audytoryjne			
System szkolenia sportowego i jego struktura czasowa. Selekcja sportowa. Czynniki warunkujące wyniki sportowe. Zasady treningu sportowego. Planowanie treningu. Siła mięśniowa, szybkość i wytrzymałość jako zdolności motoryczne oraz metodyka ich kształtowania. Model współzależności zdolności motorycznych. Koordynacja ruchowa. Technika sportowa oraz metody jej nauczania, oceny i rejestracji.			30

Gibko , skoczno . Obci enia treningowe i startowe oraz metody ich pomiaru.	30
Literatura	
Podstawowa	
Soza ski H. red , Podstawy teorii treningu sportowego, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 1999	
Ronikier A., Fizjologia sportu, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 2001	
Schepard R. , Endurance In Sport, Marston 2000	
Trzaskoma Z., Trzaskoma Ł. , Kompleksowe zwi kszanie siły mi niowej sportowców, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 2001	
- Lenik J., Cieszkowski S., Teoria i metodyka sportu : przewodnik po zagadnieniu dla trenerów, nauczycieli i studentów, Rzeszów : Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2017.	
Uzupełniaj ca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	45	
Konsultacje z prowadz cym	1	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	8	
Przygotowanie do kolokwii i egzaminu	4	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	2	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	46	1,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	12	0,4

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Teoria turystyki				
Course / group of courses:	Theory of Tourism				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	216621	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2		30	Zaliczenie z ocen	3
Razem			30		3
Koordinator:	magister Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Przemysław Markowicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Efekty uczenia si po pierwszym semestrze studiów z zakresu podstaw turystyki.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)	
(wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji objaśnienia wykład konwersatoryjny, metoda problemowa, metoda sytuacyjna, wycieczka, zajęcia terenowe, samokształcenie, E-learning-udostępnianie materiałów dydaktycznych, wykorzystanie platformy edukacyjnej)	
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)	
kompetencje społeczne: obserwacja zachowań (obserwacja zachowań indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
Warunki zaliczenia	
Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności, ocena pozytywna z wszystkich testów na temat turystyki. Zaliczenie konspektu wycieczki turystycznej.	
Treści programowe (opis skrócony)	
Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez turystycznych w szkole oraz poza szkołą. Wykorzystanie różnych nowoczesnych form turystyki do uatrakcyjnienia obowiązków zajęć wychowania fizycznego w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowiązkowych	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zajęć : wiczenia audytoryjne	
Przypomnienie podstawowych pojęć i definicji związanych z turystyką. Znaczenie turystyki w życiu współczesnego człowieka - społeczne i kulturowe aspekty turystyki. Teoretyczne podstawy organizacji imprezy turystycznej. Turystyka w szkolnych programach wychowania fizycznego, w planie dydaktyczno-wychowawczym szkoły. Turystyka jako element ćwiczeń edukacyjnych w planie szkół czwarta godzina wychowania fizycznego. Dekalog turysty pieszego, narciarza, kajakarza, karta turysty, Górską Odznaką Turystyczną. Wybrane zagadnienia z teorii ruchu turystycznego. Przygotowanie krajoznawcze do wycieczek – krainy geograficzne, przykładowe miejsca do organizowania wycieczek (jednodniowych, dwudniowych, trzydniowych, rajdów, obozów). Nauka czytania mapy oraz znajomość szlakowskazów. Przygotowanie konspektu organizacji imprezy turystycznej, wycieczki (2, 3 dniowej) – komplet dokumentów potrzebnych do zrealizowania wycieczki w szkole. Zasady bezpieczeństwa na imprezach turystycznych. Bezpieczeństwo w górach – przyczyny nieszczęśliwych wypadków: subiektywne i obiektywne, z winy prowadzącego oraz z winy uczestników wycieczki.	30
Literatura	
Podstawowa	
Kurkowiak M., Obodas K., Syntetyczne podstawy rekreacji i turystyki, Rzeszów 2006	
Strugarek J., Organizacja i prowadzenie imprez sportowych, rekreacyjnych i turystycznych, UAM, Poznań 2007	
Wojtasik L., Tauber R.D., Turystyka i rekreacja we współczesnym świecie, Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Poznań 2011	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	20	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	18	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,1
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	42	1,4

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Teoria wychowania fizycznego				
Course / group of courses:	Theory of Physical Education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205965	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	5		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			30		2
Koordinator:	dr hab. Eligiusz Madejski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Eligiusz Madejski				
J zyk wykładowy:	semestr: 5 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytorijne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie klasyczne i współczesne teorie rozwoju człowieka, wychowania, uczenia si i nauczania lub kształcenia oraz ich warto ci aplikacyjne;	1.1.02	kolokwium
2	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si ;	WF1_W06	kolokwium
3	w formie ustnej, skutecznie prezentuje wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le w zakresie teorii wychowania fizycznego;	WF1_U07	wykonanie zadania

4	posiada umie tno ci pedagogiczne zwi zane z prowadzeniem procesu nauczania wychowania fizycznego;	WF1_U12	wykonanie zadania
5	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)

(Wykład, projekty Power Point zespolowe, dyskusja)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespolowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespolowych pod k tem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie semestr 1, zaliczenie z ocen semestr 5, egzamin ustny semestr 5

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria wychowania fizycznego, jej rola i miejsce w strukturze nauk przyrodniczych i społecznych, formy uczestnictwa w niej na tle motywów. Teleologiczne, pedeutologiczne, prakseologiczne i aksjologiczne podstawy procesu edukacji fizycznej, jego struktura, kompetencyjna rola nauczyciela jako organizatora tego procesu.

Content of the study programme (short version)

Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 5

Forma zaj : **wykład**

Teoria wychowania fizycznego, jej przedmiot tre i funkcje. Kultura fizyczna i jej rozumienie. Rodowód i znaczenie aktywno ci człowieka w kulturze fizycznej w wietle jej kryteriów. Warto ci ciała jako motyw aktywno ci fizycznej. Funkcja stymulacyjna aktywno ci fizycznej w ontogenezie. Funkcja adaptacyjna aktywno ci fizycznej. Funkcja kompensacyjno – korekcyjna aktywno ci fizycznej. Formy uczestnictwa w kulturze fizycznej. Rekreacja jako forma uczestnictwa w kulturze fizycznej. Sport jako forma uczestnictwa w kulturze fizycznej.

15

Forma zaj : **wiczenia audytoryjne**

Wpływ ruchu na organizm, motoryczno ludzka i jej aspekty. Nauczanie ruchu. Narz dzia pomiaru oceniał ce rezultaty fizycznego kształcenia i fizycznego wychowania. Mechanizmy kształtowania postaw wobec ciała. Socjalizacja jako forma wspieraj ca edukację fizyczn . Edukacja fizyczna w Polsce na tle europejskim – globalizacja. Osobowo nauczyciela wychowania fizycznego, dobór do zawodu, kształcenie, kompetencje. Dylematy współczesnej edukacji fizycznej.

Edukacja fizyczna jako mi dzypokoleniowy przekaz wzorów warto ci i wzorów zachowa dotycz cych ciała. Empiryczne przesłanki procesu fizycznego kształcenia i wychowania. Istota procesu fizycznego kształcenia. Istota procesu fizycznego wychowania. Mo liwo ci zmian postaw w procesie fizycznego wychowania. Czynniki, warunki i rodki w wychowaniu fizycznym. Metody oddziaływa wychowawczych zale ne od zewn trz- i wewn trzpochnych atrybutów nauczyciela. Pedeutologia jako nauka o nauczycielu. Nowoczesno w wychowaniu fizycznym. Rola zabawy w procesie fizycznej edukacji.

15

Literatura

Podstawowa

Bukowiec M.(red)., Wypisy z teorii wychowania fizycznego, AWF, Kraków 1995

Demel M., Szkice krytyczne o kulturze fizycznej, AWF, Kraków 1998

Grabowski H., Teoria fizycznej edukacji, WSiP, Warszawa 1999

Grabowski H. , Co koniecznie trzeba wiedzie o wychowaniu fizycznym, OW „Impuls”, Kraków 2000
Osi ski W. ., ., Zarys teorii wychowania fizycznego, AWF, Pozna 1996
Pawłucki A. , Pedagogika warto ci ciała, AWF, Gda sk 1996
Uzupełniaj ca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	10	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	7	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	33	1,1
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Wprowadzenie na rynek pracy				
Course / group of courses:	Introduction to the Labour Market				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205981	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	0	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	3	Semestr:	6		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	W	4	Zaliczenie	0
Razem			4		0
Koordinator:	magister Lucyna Krzemi ska				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Lucyna Krzemi ska				
J zyk wykładowy:	semestr: 6 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Zna metody poszukiwania pracy oraz poruszania si w przestrzeni instytucji po rednictwa pracy,	B.1.W05	ocena aktywno ci
2	Zna zasady kreowania dokumentów aplikacyjnych	B.1.W05	ocena aktywno ci
3	Rozumie konieczno uczenia si przez całe ycie oraz pracowania nad własnym rozwojem	B.1.W05	ocena aktywno ci
4	Zna definicje terminów kompetencje (twarde vs. mi kkie), kwalifikacje, mobilno (fizyczna i psychologiczna)	B.1.W05	ocena aktywno ci

5	Rozwija umiejętność aktywnego poszukiwania pracy (metody poszukiwania, curriculum vitae, list motywacyjny, rozmowa kwalifikacyjna, autoprezentacja);	B.1.U03	ocena aktywności
6	Potrafi nazwać i opisać swoje kompetencje w zakresie kompetencji kluczowych oraz zawodowych;	B.1.U03	ocena aktywności
7	Potrafi przygotować poprawne dokumenty aplikacyjne, a także potrafi komunikować się skutecznie.	B.1.U03	ocena aktywności

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(wykład, dyskusja moderowana, praca w grupie, studium przypadku.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)

umiejętności:

ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest obecność na zajęciach

Treści programowe (opis skrócony)

1. Podsumowanie i ocena zdobytych podczas studiów kompetencji (z uwzględnieniem kompetencji twardych, miękkich, a także kluczowych). 2. Metody poszukiwania pracy (z określeniem skuteczności poszczególnych metod). Analiza rozwiązań adresowanych do młodych proponowane w projekcie nowelizacji ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy. Kompetencje Powiatowych Urzędów Pracy i ich oferta. Proces budowania własnej marki w kontekście przygotowywania się do wzięcia udziału w procesie rekrutacyjnym. 3. Źródła sukcesu w życiu zawodowym - wypracowanie wspólnego stanowiska na bazie popularnych obecnie trendów pracy nad własnym rozwojem.

Content of the study programme (short version)

1. Summary and evaluation of competencies acquired during the studies (including hard, soft, and key competences). 2. Methods of searching for work (specifying the effectiveness of each method). Analysis of solutions addressed to the youth, proposed in the draft amendment to the Act on employment promotion and labor market institutions. Competences of District Labour Offices and their offer. The process of building the own brand in the context of preparing students to take part in the recruitment process. 3. Sources of success in professional life - working out a common position on the basis of today's popular trends as regards working on the own development

Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 6

Forma zajęć: **wykład**

1. Podsumowanie i ocena zdobytych podczas studiów kompetencji (z uwzględnieniem kompetencji twardych, miękkich, a także kluczowych). 2. Metody poszukiwania pracy (z określeniem skuteczności poszczególnych metod). Analiza rozwiązań adresowanych do młodych proponowane w projekcie nowelizacji ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy. Kompetencje Powiatowych Urzędów Pracy i ich oferta. Proces budowania własnej marki w kontekście przygotowywania się do wzięcia udziału w procesie rekrutacyjnym. 3. Źródła sukcesu w życiu zawodowym – wypracowanie wspólnego stanowiska na bazie popularnych obecnie trendów pracy nad własnym rozwojem

4

Literatura

Podstawowa

Bańska A., Motywacja osiągnięci, STUDIO PRINT-B, Poznań 2005

Dale M., Skuteczna rekrutacja i selekcja pracowników, Oficyna Ekonomiczna, Kraków 2001

Eggert M., Doskonała kariera, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2004

Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej

nauki o kulturze fizycznej

Sposób określenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	4	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	0	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	0	
Inne	0	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	4	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	0	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	4	0,0
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	0	0,0

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć /grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Edukacja dla bezpiecze stwa				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Wychowanie zdrowotne dla bezpiecze stwa				
Course / group of courses:	Physical Education: Sports and Leisure Activities				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z-EDB				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205846	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	30	Egzamin	1
Razem			60		3
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
J zyk wykładowy:	semestr: 3 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu biologii i fizjologii człowieka, zagadnie społecznych, prozdrowotnych i ekologicznych. Prozdrowotne aspekty wysiłku fizycznego.			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje fachow wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie podstawowe poj cia zwi zane z turystyk i rekreacj , zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia;	WF1_W09	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz z zakresu uytlnych warto ci kultury fizycznej i sprawno ci fizycznej oraz mo liwo ci zastosowania ich w praktyce obronnej, a w tym teorii i zasad strzelania;	WF1_W17	kolokwium

3	zna podstawowe reguły obronności i bezpieczeństwa w kontekście procesów wychowawczych;	WF1_W19	kolokwium
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśle;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
6	posiada umiejętność wykorzystania własnego potencjału motorycznego do prowadzenia podstawowych działań obronnych;	WF1_U23	wykonanie zadania
7	właściwie zachowuje się w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, prawidłowo wykorzystuje nabyte umiejętności ruchowe w sytuacjach ekstremalnych;	WF1_U24	wykonanie zadania
8	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	jest świadomy konieczności wychowywania i edukowania młodego pokolenia w duchu patriotyzmu;	WF1_K09	obserwacja zachowa
10	prawidłowo reaguje w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa i motywuje do kolektywnego działania.	WF1_K10	obserwacja zachowa
Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)			
(wykład tradycyjny i multimedialny, objaśnienie, wykład problemowy, wykład konwersatoryjny, metoda problemowa, metoda sytuacyjna, metody aktywizujące, samokształcenie)			
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów.			
Treści programowe (opis skrócony)			
Dostarczenie, pogłębienie i doskonalenie wiadomości z zakresu teorii edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia, ekologizmu i zastosowanie w ramach wychowania zdrowotnego dla bezpieczeństwa. Prozdrowotna rola aktywności fizycznej i ruchu dla zdrowia.			
Content of the study programme (short version)			
Treści programowe			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zajęć: wykład			
Definicja zdrowia, edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz współczesne podejście do problematyki zdrowia, podstawowe pojęcia ekologiczne: populacja, zasoby przyrody, ekosystem, działania na rzecz ochrony środowiska, wskaźniki zdrowia (długość życia, „jakość życia”, poziom odżywienia, współczynniki chorobowości i umieralności), czynniki warunkujące zdrowie – genetyczne i środowiskowe (biologiczne, społeczne i ekonomiczne). wielosektorowe i wielodyscyplinarne podejście do problemów edukacji zdrowotnej i ekologicznej. Styl życia			30

a wyst powanie chorób sercowo-naczyniowych, cukrzyca i otyłość.	30
Forma zajęć : wiczenia audytorialne	
Zachowania prozdrowotne (prawidłowa dieta, ekologia żywienia, aktywność ruchowa, znaczenie wypoczynku i rekreacji, umiejętne radzenie sobie w trudnych sytuacjach (kontrola poziomu stresu), zachowania antyzdrowotne (nikotynizm, alkoholizm, narkomania, ryzykowne zachowania seksualne), postępowanie zdrowego stylu życia, pola zdrowia, ekologia środowiska nauki i pracy, postępowanie choroby cywilizacyjnej oraz podstawowe informacje na temat czynników ryzyka: chorób układu krążenia (palenie papierosów, niewłaściwa dieta, brak ruchu, otyłość, stres), nowotworowych (nowotwory tytoniowe i dietozależne) oraz chorób psychicznych, wypadków i urazów. założenia wybranych programów zdrowotnych i ekologicznych - zdrowa szkoła, zdrowe miasto (miasteczko, gminy), szkoły i miasta promujące zdrowie, edukacja zdrowotna i ekologiczna w mediach (przykłady programów i dużych akcji informacyjnych, np. „Alkohol zabiera wolność”, „Narkotyki stop”, „Sprzyjanie wiatu”), internet w edukacji zdrowotnej i ekologicznej, formy i metody stosowane w edukacji zdrowotnej i ekologicznej: metoda organizacji środowiska, przekazu wiedzy, pobudzanie zachowań sprzyjających zdrowiu, metoda utrwalania podstawowych zachowań i przyzwyczajanie do zdrowotnych, metody aktywizujące (np. drama, techniki twórczego myślenia, konkursy). scenariusze zajęć z zakresu edukacji zdrowotnej i ekologicznej (przykłady scenariuszy dla różnych grup wiekowych).	30
Literatura	
Podstawowa	
5Wrona-Wolny W., Makowska B., Wychowanie zdrowotne. Przewodnik do wiczeń z wybranych zagadnień, AWF, Kraków 2005	
Pike S., Forster D., Promocja zdrowia dla wszystkich, Wydawnictwo Czelej, Lublin 1998	
Rodziewicz-Gruhn J., Pyzik M., Problemy rozwoju, zdrowia, edukacji prozdrowotnej i ekologicznej, Wydawnictwo WSP, Czestochowa 1995	
Słowska Z., Edukacja zdrowotna a promocja zdrowia w: Promocja zdrowia, red. J.B. Karski, Wydawnictwo Ignis, Warszawa 1999	
Wojnarowska B., Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007	
Uzupełniająca	

Dane jako ciowe

Przyporządowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
Sposób określenia liczby punktów ECTS	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	60
Konsultacje z prowadzącym	1
Udział w egzaminie	1
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne (pole wypełniane tylko w ściśle określonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0
Przygotowanie do laboratorium, wiczeń, zajęć	10
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	8
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	90	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	3	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	62	2,1
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	10	0,3

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym może się różnić od łącznej liczby punktów ECTS dla zajęć/grup zajęć.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Zabawy i gry ruchowe				
Course / group of courses:	Games and Skills Activities				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-22/23Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	205944	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2
Koordinator:	dr Renata Błyszczuk				
Prowadz cy zaj cia:	dr Renata Błyszczuk				
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - j zyk polski				

Obja nienia:

Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S - seminarium dyplomowe, P - wiczenia praktyczne, M - wiczenia specjalistyczne (medyczne), K - wiczenia specjalistyczne (kliniczne), LO - wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P - wiczenia projektowe, ZS - zaj cia seminaryjne, ZT - zaj cia terenowe, T - wiczenia specjalistyczne (terenowe), AP - wiczenia specjalistyczne (artystyczne/projektowe), S - wiczenia specjalistyczne (sportowe), F - wiczenia specjalistyczne (fizjoterapeutyczne), L - wiczenia specjalistyczne (laboratoryjne), PD - pracownia dyplomowa, PR - praktyka zawodowa, SK - samokształcenie

Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium, wypowied ustna
2	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
4	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania

5	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
6	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
7	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
8	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Metody prowadzenia lekcji: odtwórcze: na ładowczą ciążą, zadaniowa ciążą, usamodzielniająca (zabawowo na ładowczą, zabawowo klasyczna, bezpośrednio celowo ciążą)

twórcze: ruchowej ekspresji twórczej-improwizacji, opowieści ruchowej

Przekazywania wiadomości: pokaz, wykład-film szkoleniowy, prezentacja multimedialna.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)

kompetencje społeczne:

obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr pierwszy na podstawie kolokwium pisemnego, oceny samodzielnie prowadzone lekcji i oceny konspektu lekcji.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z podstawowymi wiadomościami z zakresu teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych. Zasób zabaw i gier ruchowych, konstruowanie konspektu, prowadzenie wyznaczonej części lekcji.

Content of the study programme (short version)

Treści programowe

	Liczba godzin
--	---------------

Semestr: 1

Forma zajęć: **wiczenia praktyczne**

Wiadomości ogólne z zakresu genezy zabaw. Znaczenie zabaw i gier ruchowych w życiu człowieka. Funkcje i teorie zabaw. Podział zabaw i gier ruchowych. Zapoznanie z szerokim zasobem zabaw i gier ruchowych. Miejsce zabaw i gier ruchowych w nauczaniu zespołowych gier sportowych. Struktura oraz zasady budowy lekcji, organizacja zajęć. Typy lekcji. Zadania lekcji. Konstruowanie zadań. Rodzaje toków lekcyjnych: klasyczny, mieszany, z grupami, dla młodzieży. Zapis konspektów lekcyjnych. Samodzielne prowadzenie części lekcji.

30

Literatura

Podstawowa

Bondarowicz M., Zabawy i gry sportowe, WSiP, Warszawa 1995

Bondarowicz M., Owczarek S., Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej, WSiP, Warszawa 1997

Janikowska-Siatka M., Skrzypowicz E., Szymańska E., Zabawy i gry ruchowe na lekcjach wychowania fizycznego i festynach sportowo-rekreacyjnych, WSiP, Warszawa 1999

Trzeńniowski R., Zabawy i gry ruchowe, WSiP, Warszawa 1995

Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
Sposób okre lenia liczby punktów ECTS		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	30	
Konsultacje z prowadz cym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne (pole wype lniane tylko w ci le okre lonych, dobrze udokumentowanych sytuacjach)	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	12	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	12	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	6	
Inne	0	
Sumaryczne obci enie prac studenta	60	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	30	1,0
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	54	1,8

1 godz = 45 minut; 1 punkt ECTS = 25-30 godzin

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zaj wymagaj cych bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego i o charakterze praktycznym mo e si ró ni od ł cznej liczby punktów ECTS dla zaj /grup zaj .