

# SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

## Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Antropologia w kulturze fizycznej				
Course / group of courses:	Anthropology of Physical Culture				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169739	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Ogólna znajomo budowy i funkcji organizmu ludzkiego			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 klasyczne i współczesne teorie rozwoju człowieka, wychowania, uczenia si i nauczania lub kształcenia oraz ich warto ci aplikacyjne	1.1.02	wypowied ustna
2	w pogł bionym stopniu zna poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna społeczno-kulturowe warto ci kultury fizycznej i zło one zale no ci mi dzy nimi	WF2_W01	kolokwium
3	posiada umiej tno identyfikowania potencjału motorycznego, formułowania i rozwi zywania problemu typowego dla dzia łalno ci zawodowej, komunikowania si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania sekwencji ruchowych, ich doskonalenia i poprawiania bł dów, formułow c i testuj c w ten sposób hipotezy zwi zane z prostymi problemami wdro eniowymi w zakresie ruchu	WF2_U10	wykonanie zadania

4	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzystać z dorobku innych i wie kiedy zasięgnąć opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa
<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>			
(wyczenia laboratoryjne, praca w grupach, dyskusja dydaktyczna, analiza danych przedstawiających rozwój somatyczny, prezentacje multimedialne, konsultacje)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);			
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wyczeniach)			
<b>kompetencje społeczne:</b> obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
wyczenie praktyczne, kolokwia pisemne, odpowiedź ustna, aktywność na zajęciach.			
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>			
Antropologia a kultura fizyczna, ocena wieku rozwojowego, trend sekularny, typy somatyczne, prognozowanie dorosłej wysokości ciała, skład ciała, dymorfizm płciowy.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Treści programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zajęć : <b>wyczenia praktyczne</b>			
Znaczenie antropologii dla nauk o kulturze fizycznej. Miejsce antropologii w wychowaniu fizycznym i sporcie. Ocena wpływu różnych czynników na wielkość ciała i tempo dojrzewania. Praktyczna ocena wieku rozwojowego dzieci młodzieży. Międzypokoleniowe tendencje przemian cech somatycznych i sprawności fizycznej, konsekwencje trendów sekularnych. Przegląd wybranych metod oceny somatotypu, budowa somatyczna człowieka i jej rola w sporcie. Określanie własnego somatotypu różnymi metodami. Metody oceny składu ciała oraz teoretyczne podstawy prognozowania dorosłej wysokości ciała. Szacowanie składu ciała wg równań przewidujących oraz z wykorzystaniem metody BIA. Praktyczne wykorzystanie metod prognozowania dorosłej wysokości ciała. Dymorfizm płciowy, kształtowanie się dymorfizmu w ontogenezie, wartość diagnostyczna różnych cech antropometrycznych w ocenie dymorfizmu płciowego. Obliczanie wskaźników dymorficznych z różnych pomiarów antropometrycznych. Antropologiczne aspekty selekcji sportowej dzieci i młodzieży, współzawodnictwa sportowego oraz sportu kobiet. Znaczenie aktywności fizycznej w prawidłowym rozwoju człowieka			30
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Charzewski J., Lewandowska J., Łaska-Mierzejewska T., Piechaczek H., Charzewska J., Skibińska A. , Antropologia, AWF Warszawa 1999 Przewodnik do wycze z antropologii, AWF, Kraków 2014			
Kaczmarek M., Wolański N., Rozwój biologiczny człowieka od początku do śmierci., Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2018			
Łaska-Mierzejewska T. , Antropologia w sporcie i wychowaniu fizycznym, Biblioteka Trenera COS, Warszawa 1999			
arów R. , Prognozowanie dorosłej wysokości ciała chłopców. Model własny i analiza porównawcza innych metod, AWF, Kraków 2001			
Uzupełniająca			

**Dane jako ciowe**

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

<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	<b>30</b>	
Konsultacje z prowadzącym	<b>2</b>	
Udział w egzaminie	<b>0</b>	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	<b>4</b>	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	<b>8</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	<b>6</b>	
Inne	<b>0</b>	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>32</b>	<b>1,3</b>
Zajęcia o charakterze praktycznym	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>35</b>	<b>1,4</b>

**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-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169728	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	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Mariusz Pocięcha				
Prowadz cy zaj cia:	dr Mariusz Pocięcha				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Zaliczony kurs antropomotoryki na poziomie studiów I stopnia			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu pogł bionym fizjologi wysiłku fizycznego, dysponuje poszerzon wiedz na temat nieprawidłowo ci postawy ciała, wad postawy ciała i zaburze przebiegu ruchu	WF2_W04	kolokwium
2	potrąfi interpretowa dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała, sprawno ci fizycznej lub efektami treningu sportowego	WF2_U06	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(wykład klasyczny, dyskusja i prezentacja multimedialna; praca indywidualna, praca dwójkowa, praca grupowa; motoskopia i pomiar asocjatywny; samokształcenie)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)	
Warunki zaliczenia	
Frekwencja, zaliczenia częściowe z kolokwium ocenianych poziom wiedzy, praktyczne zaliczenie różnych form pomiaru asocjatywnego, złożenie indywidualnej karty badania, prezentacja multimedialna z wybranego zakresu teorii motoryczności	
Treści programowe (opis skrócony)	
Najnowsze kierunki badań w motoryczności człowieka; Współczesna diagnostyka KZM i jej rola w nauczaniu motorycznym; Aktualne modele motorycznego uczenia się; Dobór i selekcja w kontekście obowiązków antropomotoryki; modele motoryczne i indywidualne modele motoryczności ludzkiej; pomiar potencjału motorycznego.	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zajęć: <b>wykład</b>	
Współczesne kierunki badań w antropomotoryce - trendy i problemy w badaniach; Koordynacyjne zdolności motoryczne (KZM) i koordynowanie ruchów; Kontrola i sterowanie czynnościami ruchowymi; Modele sterowania czynnościami ruchowymi; Zróbnicowanie koncepcji kontroli motorycznej; Uczenie motoryczne i intensyfikacja procesu;	15
Forma zajęć: <b>wiczenia praktyczne</b>	
Rodzaje nawyków ruchowych; Efektywne budowanie nawyków ruchowych; Psychiczne komponenty potencjału motorycznego - percepcyjne, mnemoniczne, kognitywne oraz efektoryczne; Pamięć motoryczna; Wzrost i uwagi krytyczne na temat motoryczności ludzkiej; Identyfikacja motorycznego potencjału strukturalnego; Identyfikacja motorycznego potencjału energetycznego	15
Literatura	
Podstawowa	
Osiński W., Antropomotoryka, AWF, Poznań 2003	
Raczek J., Antropomotoryka. Teoria motoryczności człowieka., PZWL, Warszawa 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.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	<b>30</b>
Konsultacje z prowadzącym	<b>2</b>

Udział w egzaminie	1	
Bezporedni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zaj	3	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur, wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	33	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	0,8

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 .

# SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

## Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Biochemia wysiłku fizycznego				
Course / group of courses:	Biochemistry of Physical Effort				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169718	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	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>45</b>		<b>3</b>
Koordinator:	dr hab. Dariusz Latowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Dariusz Latowski, mgr Monika Olchawa-Pajor				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Zaliczenie kursu Biochemia			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat budowy oraz funkcji najwa niejszych zwi zków organicznych i nieorganicznych wyst puj cych w organizmie oraz rozumie rol procesów biochemicznych w wysiłku fizycznym	WF2_W04	kolokwium, wykonanie zadania, egzamin
2	posiada umiej tno interpretowania zmian st ania wska ników biochemicznych wywołanych wysiłkiem fizycznym, formuluje i rozwi zuje problemy zwi zane ze zm czeniem i przetrenowaniem, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu wyja nienia zagadnie zwi zanych z biochemicznymi podstawami wysiłku fizycznego	WF2_U10	wykonanie zadania
3	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa

<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>	
metody podaje (Wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji i demonstracji przykładów;), e-learning - metody i techniki kształcenia na odległość (w uzasadnionych przypadkach wykłady i wyczenia audytoryjne), ( wyczenia audytoryjne, praca z tekstem, konwersatoria)	
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>	
<b>wiedza:</b> egzamin (egzamin pisemny w formie testu jednokrotnego lub wielokrotnego wyboru;) ocena kolokwium (ocena kolokwium) ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wyczeniach)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wyczeniach)	
<b>kompetencje społeczne:</b> obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
<b>Warunki zaliczenia</b>	
Wykład: egzamin końcowy wyczenia audytoryjne : wykonanie zadania, udział w dyskusji, obserwacja, obecność na zajęciach, kolokwium	
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>	
Biochemiczne podłoże skurczu mięśniowego. Biochemiczne procesy wysiłkowe zachodzące w organizmie człowieka oraz zmiany poziomu wskaźników biochemicznych w zależności od intensywności wysiłku.	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<b>Treści programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
Zmiany wskaźników hematologicznych oraz objętości osocza pod wpływem wysiłku fizycznego. Zmiany hormonalne i immunologiczne zachodzące pod wpływem wysiłku. Biochemiczne wskaźniki zmęczenia i uszkodzenia mięśniowych. Zmiany aktywności kinazy keratynowej, dehydrogenazy mleczanowej oraz stężenia mioglobiny we krwi po wysiłku. Równowaga prooksydacyjno-antyoksydacyjna i jej zmiany w wyniku wysiłku fizycznego.	15
Forma zajęć : <b>wyczenia laboratoryjne</b>	
Budowa białek mięśniowych, chemizm skurczu mięśnia szkieletowego. Substraty przemian energetycznych oraz procesy resyntezy ATP podczas skurczu mięśnia szkieletowego w zależności od czasu i intensywności wysiłku. Praca ze schematem dróg metabolicznych. Podstawowe metody oraz najczęściej wykorzystywane wskaźniki w ocenie wysiłkowych zmian biochemicznych. Równowaga kwasowo-zasadowa. Przetrenowanie.	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Borkowski J. , Bioenergetyka i biochemia tlenowego wysiłku fizycznego, AWF, Wrocław 2009	
Hames B.D. Hooper N.M. Houghton J.D , Biochemia, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012	
Uzupełniająca	
Górski J. , Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego, PZWL, Warszawa 2011	

#### Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	<b>45</b>
Konsultacje z prowadzącym	<b>2</b>



Udział w egzaminie	1	
Bezporedni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zaj	12	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur, wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>75</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezporedniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	48	1,9
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	44	1,8

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

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezporedniego 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 przygotowania motorycznego				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Biochemiczna i fizjologiczna kontrola treningu				
Course / group of courses:	Biochemical and Physiological Monitoring of Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169921	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4	P	15	Zaliczenie	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr hab. Marcin Maciejczyk				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Marcin Maciejczyk				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Wiedza z kursu fizjologii, fizjologii wysiłku fizycznego oraz fizjologii sportu			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 reguły, prawidłowo ci, zasady treningowe oraz testy wysiłkowe niezb dne do kontroli przygotowania zawodnika do zawodów sportowych	WF2_W12	kolokwium
2	zna specyfik działalno ci sportowej w sensie biologicznym (fizjologiczno-biochemicznym), w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca	WF2_W13	kolokwium
3	potrafi interpretowa dane liczbowe b d ce wynikami oceny wydolno ci fizycznej lub efektami treningu sportowego	WF2_U06	wykonanie zadania
4	umie ocenia prawidłowo doboru obci e treningowych oraz doбира rodki i kontroli treningu w zale no ci od wydolno ci fizycznej, wieku osób wicz cych oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikowa przeciwwskazania do testów wysiłkowych oraz	WF2_U17	wykonanie zadania

4	bł dy i zaniedbania i potrafi je korygowa w praktyce	WF2_U17	wykonanie zadania
5	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa

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

(Wykład, prezentacja multimedialna, wiczenia praktyczne w grupach laboratoryjnych w pracowni fizjologicznej z wykorzystaniem dost pnego sprz tu)

**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**

Obecno na wykładach i wiczeniach. Przygotowanie kompletu sprawozda z wicze . Zdane kolokwia (min. 60% pozytywnych odpowiedzi). Warunkiem przyst pienia do egzaminu jest uzyskanie zaliczenia z wicze

**Tre ci programowe (opis skrócony)**

Wska niki oceniaj ce wydolno aerobowa i anaerobow . Czynniki determinuj ce. Progi metaboliczne oraz ich znaczenie w treningu sportowym. Ekonomia biegu. Równowaga kwasowo-zasadowa w czasie wysiłku. Biochemiczne wska niki uszkodzenia mi ni i przetrenowania.

**Content of the study programme (short version)**

**Tre ci programowe**

Liczba godzin

Semestr: 4

**Forma zaj : wykład**

Wykorzystanie wyników badan fizjologicznych i biochemicznych podczas treningu sportowego. Maksymalny pobór tlenu, progi metaboliczne, próg mleczanowy. Ekonomia biegu. Biochemiczne wska niki zm czenia oraz wska niki uszkodze włókien mi niowych. Biochemiczne wska niki przetrenowania. Równowaga kwasowo-zasadowa podczas wysiłku. Produkcja i eliminacja mleczanu.. Ocena zmian st enia hemoglobiny, warto ci hematokrytu oraz obj to ci osocza po wysiłku

15

**Forma zaj : wiczenia praktyczne**

Wykorzystanie wyników badan fizjologicznych i biochemicznych podczas treningu sportowego. Metody oceny intensywno ci pracy fizycznej: %VO2max, %HRmax, %HRR. Wyznaczanie stref treningowych (zakresy HR). Formuła Karvonena. Wyznaczanie 1RM. sRPE, TRIMP. Terenowe testy oceny zdolno ci wysiłkowych: Beep test, Yo-Yo test, Running Anaerobic Sprint Test (RAST). Ocena ekonomii biegu. Monitorowanie stanu nawodnienia organizmu. Wyznaczanie progu mleczanowego

15

**Literatura**

Podstawowa

E. Hubner-Wozniak, G. Lutostawska , Podstawy biochemii wysiłku fizycznego, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 2000

K. Birch, K. George, D. MacLaren , Fizjologia sportu . Krótkie wykłady. 2017

M. Zato . A. Jastrz bska , Testy fizjologiczne w ocenie wydolno ci fizycznej 2010

Uzupełniaj ca

**Dane jako ciowe**

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

<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	<b>30</b>	
Konsultacje z prowadzącym	<b>2</b>	
Udział w egzaminie	<b>1</b>	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	<b>3</b>	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	<b>9</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	<b>5</b>	
Inne	<b>0</b>	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>33</b>	<b>1,3</b>
Zajęcia o charakterze praktycznym	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>15</b>	<b>0,6</b>

**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 :	Biomechanika i patobiomechanika narz du ruchu				
Course / group of courses:	Biomechanics and Pathobiomechanics of the Locomotor System				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169740	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Andrzej Nosiadek				
Prowadz cy zaj cia:	dr Andrzej Nosiadek				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo anatomii układu ruchu człowieka, znajomo biomechaniki ogólnej na poziomie I stopnia studiów			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	posiada poszerzon wiedz na temat wychowania i kształcenia, zna terminologi zwi zan z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka	WF2_W02	kolokwium
3	potrafi interpretowa dane liczbowe b d ce wynikami przeprowadzonych pomiarów z wykorzystaniem sprz tu pomiarowego i oprogramowania komputerowego	WF2_U06	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(Pokaz i obja nienie, prezentacja pomiarów z wykorzystaniem rodków audiowizualnych, wiczenia, wiczenia symulacyjne, metoda sytuacyjna.)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)	
Warunki zaliczenia	
Zaliczenie z ocen semestr 6 - zaliczone kolokwia (test wyboru), prawidłowo wykonane sprawozdania, prawidłowo przedstawiona prezentacja. Egzamin semestr 6 - pisemny (test wyboru).	
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 - cz. rozszerzona	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
Analiza kinematyczna podnoszenia ciężarków z podłoża z wykorzystaniem wideo rejestracji i platformy dynamometrycznej. Opracowanie wyników pomiarów wraz z wnioskami. Zaliczenie ćwiczeń .	15
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>	
Przygotowanie metodologiczne do badań (sprzęt, dokumentacja, szkolenie zespołów pomiarowych). Rejestracja podnoszenia i opuszczania ciężarków z wykorzystaniem wideo rejestracji i platformy dynamometrycznej. Biomechaniczna analiza zarejestrowanych zmian reakcji sił podłoża i ich synchronizacja z zapisem wideo.	15
Literatura	
Podstawowa	
Błaszczyk J., Biomechanika kliniczna, PZWL, Warszawa 2004	
Bober T, Zawadzki J. , Biomechanika układu ruchu człowieka, Wydawnictwo BK, Wrocław 2006	
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	<b>30</b>
Konsultacje z prowadzącym	<b>2</b>
Udział w egzaminie	<b>1</b>
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	<b>5</b>
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	<b>9</b>
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	<b>3</b>
Inne	<b>0</b>

Sumaryczne obciążenie prac studenta	50	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	33	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	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 gimnastyki korekcyjnej				
Nazwa zaj / grupy zaj :	wiczenia prozdrowotne				
Course / group of courses:	Health Promotion Activities				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169893	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu zdrowego stylu ycia, ekologii i fizjologii człowieka.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan 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 i rozstrzygania fundamentalnych dylematów współczesnej cywilizacji w tym zakresie	WF2_W10	kolokwium
2	potrafi zaprojektowa , zrealizowa i w razie potrzeby zmodyfikowa program aktywno ci fizycznej/prozdrowotnej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku	WF2_U02	wykonanie zadania
3	potrafi promowa zdrowotne zachowania i wykorzysta je do zwalczania nierówno ci i wykluczenia społecznego	WF2_U09	wykonanie zadania
4	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			



(obja nienie 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)

**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 kolokwio w 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: 1

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 prawidłowego rozwoju dziecka w wieku przedszkolnym, Opowie ruchowa – wiczenia fizyczne pobudzaj ce wyobra ni , 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 , osteoporoz , osób obci onych du ym ryzykiem upadku.	30
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

**Literatura**

Podstawowa

Bogdanowicz M., Okrzesik D. , Opis i planowanie zaj wedlug Metody Ruchu Rozwijaj cego Weroniki Sherborne, Wydawnictwo Harmonia, Gda sk 2005

Grofik D. , Metodyka stosowania wicze fizycznych w profilaktyce i terapii, AWF, Katowice 2009

Ku ski H. ., Trening zdrowotny osób dorosłych, Medsportpress, Warszawa 2003

Uzupełniaj ca

**Dane jako ciowe**

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

Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	6	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	3	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	31	1,2
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	30	1,2

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:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor gimnastyki korekcyjnej				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Diagnostyka szczegółowa postawy ciała				
Course / group of courses:	Detailed Diagnostics of Body Posture				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169892	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordynator:	dr hab. Agnieszka Jankowicz-Szyma ska				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Agnieszka Jankowicz-Szyma ska				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo anatomii topograficznej i czynno ciowej człowieka, fizjologii człowieka, umieju tno ci z zakresu metodyki nauczania ruchu			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 stosowane w diagnostyce wad postawy ciała i analizie ruchu, ma wiedz niezb dn do sporz dzenia raportu z badania postawy ciała i przeprowadzenia analizy wyników takiego badania	WF2_W16	kolokwium
2	potrafi interpretowa dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała	WF2_U06	wykonanie zadania
3	potrafi dokona oceny postawy ciała oraz rozpozna podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego dobra metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom	WF2_U19	wykonanie zadania
4	posiada umieju tno postugiwania 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	WF2_U20	wykonanie zadania

5	przekazuje uczniom informacje dotyczące znaczenia jakości postawy ciała dla zdrowia, kształtuje u uczniów postaw prozdrowotnych realizując w ten sposób odpowiedzialną rolę zawodową	WF2_K08	obserwacja zachowa
<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>			
(prezentacja multimedialna, wykład informacyjny, praktyczny pokaz metod diagnostycznych, ćwiczenia praktyczne w parach)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
<b>kompetencje społeczne:</b> obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Kolokwium pisemne oraz zaliczenie praktyczne z umiejętności badania postawy ciała oraz przeprowadzania testów funkcjonalnych.			
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>			
Zapoznanie z metodami diagnostycznymi stosowanymi w ortopedii, dotyczącymi postawy ciała i urazów sportowych			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Treści programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 1			
Forma zajęć: <b>wykład</b>			
Rozwój postawy w procesie ontogenezy. Neurorozwojowa analiza postawy ciała. Metody oceny postawy ciała i możliwości ich zastosowania w prowadzeniu badań naukowych. Skoliozy – wprowadzenie i diagnostyka. Przegląd metod stosowanych w terapii wad postawy ciała, ze szczególnym uwzględnieniem skolioz. Wady stóp, kręgosłupa i karku – etiologia, diagnostyka i terapia. Postawa ciała: definicje i pojęcia. Postawa a budowa ciała. Fizjologiczne mechanizmy warunkujące postawę i równowagę ciała. Systematyka pozycji wyjściowych i ćwiczeń korekcyjnych z wykorzystaniem sterowania oddolnego i odgórnego w płaszczyźnie czołowej, płaszczyźnie strzałkowej.			15
Forma zajęć: <b>wiczenia praktyczne</b>			
Wybrane testy funkcjonalne stosowane w diagnostyce wad postawy ciała. Metody czynnościowej oceny mięśni tułowia i obszaru miednicy. Metody badania postawy ciała, między innymi badanie oglądowe, pomiar krzywizn inklinometrem, badanie według Kasperczyka. Wybrane zobiektywizowane metody oceny postawy ciała. Skoliozy: wybrane teorie powstawania, patomechanika, podział. Kompensacja i przewidywanie progresji skolioz. Wybrane metody stosowane w terapii skolioz. Wybrane metody stosowane w terapii skolioz. Realizacja zaplanowanej terapii dla wad postawy wad klatki piersiowej i skolioz, Prowadzenie zajęć w oparciu o własne konspekty, z komentarzem prowadzącego			15
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Buckup K., Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni, PZWL, Warszawa 1995			
Jorritsma W., Anatomia człowieka, Urban&Partner, Wrocław 2004			
McRae R., Kliniczne badanie ortopedyczne, Wydawnictwo Medyczne Urban&Partner, Wrocław 2004			
Walaszek 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.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	30	
Konsultacje z prowadzącym	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	8	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	0	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	33	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,6

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 przygotowania motorycznego				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dietetyka w sporcie				
Course / group of courses:	Dietetics in Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169917	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:

Podstawy fizjologii człowieka oraz zagadnie prozdrowotnych zwi zanych ze zdrowym stylem ycia i prawidłowym od ywianiem w ró nych okresach ontogenezy.

### 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 rozbudowan wiedz na temat zasad zdrowego od ywiania, prowadzenia zdrowego trybu ycia i zapobiegania przewlekłym chorobom niezaka nym (dawniej cywilizacyjnym), rozumie potrzeb edukowania innych (uczniów, zawodników, podopiecznych) w tym zakresie i rozstrzygnięcia fundamentalnych dylematów współczesnej cywilizacji w tym zakresie	WF2_W10	kolokwium
2	Zna reguły, prawidłowo ci i zasady ywieniowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych oraz regeneracji organizmu po wysiłku.	WF2_W12	kolokwium

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

(W ramach wicze : prezentacje multimedialne na temat wybranych zagadnie dietetycznych oraz zasad ywienia osób o zwi kszoney aktywno ci fizycznej w ró nym wieku.)

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium z zakresu prezentowanych tematów)	
<b>Warunki zaliczenia</b>	
Zaliczenie z ocen zagadnie teoretycznych wicze i przedstawienie prezentacji wybranego tematu.	
<b>Tre ci programowe (opis skrócony)</b>	
Charakterystyka podstawowych składników ywieniowych. ywienie sportowców w ró nych okresach treningowych. Regulowanie masy ciała. Charakterystyka naturalnych suplementów ywieniowych w ró nych dyscyplinach sportowych. Rozpoznanie zagro e zdrowotnych zwi zanych z pierwotnymi i wtórnymi wadami ywieniowymi sportowców. Aktywne współuczestniczenie w tworzeniu programów upowszechniaj cych wiedz o ywieniu w rodowisku sportowym zale no ci od wieku. Umiej tno ci bycia partnerem fachowego personelu medycznego w zakresie monitorowania objawów wad ywieniowych i ich skutków w ród sportowców.	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<b>Tre ci programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zaj : <b>wiczenia praktyczne</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>ródła informacji o problematyce ywieniowej. Informacja ywieniowa na opakowaniu – ródło wiedzy o produkcie ywno ciowym.</li> <li>Podstawowe poj cia zwi zane z ywieniem człowieka – mierniki zdrowotne.</li> <li>Determinanty sposobu ywienia: styl ycia, status ekonomiczny, rodzaj zamieszkania (dom rodzinny, stacja itd.), mass media, wiek, płe , status rodzinny, czynnik psychologiczny (stres, samotno ), pochodzenie (miasto, wie ), wykształcenie, o wiata ywieniowa</li> <li>Czynniki warunkuj ce sposób ywienia człowieka w czasie ycia: ycie płodowe, niemowl ctwo, dzieci stwo, młodzi czy, doro li, osoby starsze</li> <li>Metody oceny stanu od ywienia. Metody jako ciowe, metody ilo ciowe, zalety i wady.</li> <li>Czynniki wpływaj ce na indywidualny stan od ywienia. Zewn trzne wyznaczniki stanu od ywienia.</li> <li>Podstawowe składniki od ywczce – białka, w glowodany tłuszczce, woda, składniki mineralne i witaminy. Tabele warto ci od ywczcej.</li> <li>Warunki prawidłowego ywienia – piramidy ywieniowe (ze szczególnym uwzgl dnieniem piramidy ywieniowej dla sportowców) zalecenia ywieniowe.</li> <li>Bł dy ywieniowe Polaków i wyst powanie zaburze od ywiania w populacji sportowców.</li> <li>ywienie sportowców w ró nych okresach treningowych.</li> <li>Regulowanie masy ciała. Charakterystyka naturalnych suplementów ywieniowych w ró nych dyscyplinach sportowych.</li> <li>Choroby dietozalne – cukrzyca, otyło , zespół metaboliczny, alergia pokarmowa, celiakia, choroby układu sercowo-naczyniowego. Prewencja – prozdrowotne składniki ywno ci oraz substancje aktywne biologicznie ze szczególnym omówieniem wielonienasyconych kwasów tłuszczowych z grupy n-3 i n-6. Zagro enia wyst pieniem chorób dietozalnych – szkodliwe składniki ywno ci ze szczególnym omówieniem Kwasów Tłuszczowych Trans pochodzenia przemysłowego.</li> <li>Programy zwi zane z promowaniem prawidłowych zachowa ywieniowych w sporcie.</li> <li>Programy ywieniowe dla dyscyplin wytrzymało ciowych, siłowych i szybko ciowych.</li> <li>Niedozwolone wspomaganie w diecie sportowca.</li> </ol>	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Bean A., ywienie w sporcie, Zysk i S-ka, Pozna 2008	
Celejowa I., ywienie w sporcie, PZWL, Warszawa 2008	
Ciborowska H., Dietetyka, PZWL, Warszawa 2010	

Eksterowicz J., Zarys ywienia sportowców, Bydgoszcz 2007
Gaw cki J., Hryniewiecki L. , ywienie człowieka. Podstawy nauki o ywieniu, Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2005
Gaw cki J., Roszkowski W., ywienie człowieka a zdrowie publiczne, Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2009
Gronowska-Senger A., Zarys oceny ywienia, Wyd. SGGW, Warszawa 2009
Hasik J., Gaw cki J. , ywienie człowieka zdrowego i chorego., Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2006
Uzupełniaj ca

#### Dane jako ciowe

Przyorz dowanie 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	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	9	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	0	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
Liczba punktów ECTS		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,6

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 :	Emisja głosu				
Course / group of courses:	Voice Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169733	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	P	15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>1</b>
Koordinator:	mgr Stanisław wider				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Stanisław wider				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	dyskusja
3	potrafi poprawnie posługiwa si j zykiem polskim i poprawnie oraz adekwatnie do wieku uczniów posługiwa si terminologi 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	wykonanie zadania
6	potrafi poprawnie posługiwać się językiem polskim	C.U08	ocena aktywności
7	potrafi uczestniczyć w debacie, zaprezentować ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przeżyć w sposób precyzyjny i merytoryczny, wykorzystując przy tym wiedzę innych autorów oraz prawa i teorii z zakresu kultury fizycznej, komunikować się na tematy specjalistyczne z różnymi kręgami odbiorców	WF2_U12	wykonanie zadania
8	jest gotów do skutecznego korygowania swoich błędów językowych i doskonalenia aparatu emisji głosu	C.K02	ocena aktywności

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Metody ćwiczeń praktycznych)

#### Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

##### wiedza:

- ocena dyskusji (ocena udziału w dyskusji)
- ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

##### umiejętności:

- ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)
- ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

##### kompetencje społeczne:

- ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)

#### Warunki zaliczenia

Zaliczenie z oceną na podstawie aktywności na zajęciach i poprawnym realizowaniu wszystkich etapów ćwiczeń

#### Treści programowe (opis skrócony)

Wiadomości na temat budowy i funkcjonowania aparatu głosowo-wymawianiowego, profilaktyki schorzeń narządów mowy. Ćwiczenia oddechowe, motoryki narządów mowy, prowadzenia głosu na podniebienie twarde z wykorzystaniem rezonatorów, ćwiczenia artykulacyjne, dykcyjne.

#### Content of the study programme (short version)

#### Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 2

Forma zajęć: **wiczenia praktyczne**

Wiadomości na temat budowy i funkcjonowania aparatu głosowo-wymawianiowego, profilaktyki schorzeń narządów mowy. Ćwiczenia oddechowe usprawniające prawidłowy tor oddechowy; ćwiczenia usprawniające pracę przepony, ćwiczenia na podparcie oddechowe. Ćwiczenia fonacyjne; usprawniające prawidłową pracę rezonatorów. Ćwiczenia motoryki narządów mowy; ćwiczenia artykulacyjne i dykcyjne na wybranych tekstach. Ćwiczenia w prowadzeniu głosu na podniebienie twarde z wykorzystaniem rezonatorów. Zestawy ćwiczeń indywidualnych do samodzielnej pracy w zależności od potrzeb studentów.

15

#### Literatura

Podstawowa

Gawda K., Łazewski J., Uczymy się poprawnej wymowy: ćwiczenia usprawniające mówienie z ilustracjami, Alfa, Warszawa 1995

Klemensiewicz Z., Prawidła poprawnej wymowy polskiej, Towarzystwo Miłośników Języka Polskiego, Kraków 1988

Przybysz-Piwko M., Emisja głosu nauczyciela. Wybrane zagadnienia, Centralny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli, Warszawa 2006

Uzupełniająca

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
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	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	3	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	3	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	2	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>25</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>1</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	17	0,7
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,6

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 :	Etyka zawodowa				
Course / group of courses:	Professional Ethics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169749	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		4	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4	W	15	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Robert Noga				
Prowadz cy zaj cia:	dr Robert Noga				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawy etyki zawodowej uzyskane na drugim stopniu studiów			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	posiada poszerzon wiedz na temat wychowania i kształcenia, zna terminologi zwi zan z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka	WF2_W02	kolokwium
3	ma pogł bion wiedz o rozwoju psychicznym człowieka, rozumie prawidłowo ci rz dz ce zwi zkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodz ce mi dzy nimi relacje i zakłócenia	WF2_W03	kolokwium
4	zna i rozumie prawne, ekonomiczne, etyczne uwarunkowania działalno ci zawodowej zwi zanej ze szkolnictwem, sportem i kultur fizyczn , w tym zasady higieny i bezpiecze stwa pracy, zasady ochrony praw autorskich i własno ci przemysłowej oraz podstawowe zasady przedsi biorczo ci w działalno ci zawodowej	WF2_W11	kolokwium

5	potrafi dostosować sposób komunikacji do poziomu rozwojowego uczniów	D.1/E.1.U04	wykonanie zadania
6	potrafi podejmować skuteczną współpracę w procesie dydaktycznym z rodzicami lub opiekunami uczniów, pracownikami szkoły i środowiskiem pozaszkolnym	D.1/E.1.U06	wykonanie zadania
7	potrafi uczestniczyć w debacie, zaprezentować ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przeżyć w sposób precyzyjny i merytoryczny, wykorzystując przy tym wiedzę innych autorów oraz praw i teorii z zakresu kultury fizycznej, komunikować się na tematy specjalistyczne z różnymi kręgami odbiorców	WF2_U12	wykonanie zadania
8	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
9	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona, umie korzystać z dorobku innych i wie kiedy zasięgnąć opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa
10	uwzględniając zmieniające się potrzeby społeczne jest gotów do pełnienia roli zawodowej i realizowania zadań trenera	WF2_K06	obserwacja zachowa
11	przekazuje młodym zawodnikom zasad szlachetnej rywalizacji, zwalczania dopingu we wszystkich postaciach, oraz zasad równości szans w sporcie przestrzegając i wdając w ten sposób zasady etyki zawodowej	WF2_K07	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład: wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji, dyskusja,)

#### 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

Wykład: obecność i aktywność na zajęciach, kolokwium końcowe.

#### Treści programowe (opis skrócony)

Propedeutyka etyki; etyka ogólna i etyki szczegółowe

#### Content of the study programme (short version)

#### Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć: **wykład**

Anatomia moralności (oceny, wartości, normy, wzory osobowe i sankcje)

Etyka zawodowa pedagoga jako etyka normatywna i opisowa

Wybrane koncepcje etyczne: aretologia, deontologia, utilitaryzm, etyki religijne, etyki autonomiczne

Wartości w zawodzie nauczyciela i pedagogice

Etyka kodeksowa a kodeksy etyki nauczycielskiej

Wychowawca – przywódca, opiekun, partner? Autorytet moralny nauczyciela we współczesnej szkole. Przywództwo i spolegliwość w koncepcjach etycznych

15

#### Literatura

Podstawowa

M. Sułek, J. Swinarski, Etyka jako filozofia dobrego działania zawodowego, Warszawa 2001

S. Krawcewicz, Rozważania nad etyką zawodu nauczyciela, Warszawa 1997

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	15	
Konsultacje z prowadz cym	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	4	
Przygotowanie do kolokwii i egzaminu	15	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	14	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
Liczba punktów ECTS		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	17	0,7
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:	Instruktor przygotowania motorycznego				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Fizjologia sportu				
Course / group of courses:	Physiology of Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169920	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	LO	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordynator:	dr hab. Marcin Maciejczyk				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Marcin Maciejczyk				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Wiedza z kursu fizjologii			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka w spoczynku i wysiłku fizycznym, zna w stopniu pogł bionym fizjologi wysiłku fizycznego i sportu, dysponuje poszerzon wiedz na temat fizjologii sportu	WF2_W04	kolokwium
2	zna reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych oraz testy wydolno ciowe niezb dne w ocenie tego przygotowania	WF2_W12	kolokwium
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(Wykład, prezentacja multimedialna, wiczenia praktyczne w grupach laboratoryjnych w pracowni fizjologicznej z wykorzystaniem dost pnego sprz tu)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
<b>Warunki zaliczenia</b>	
Obecność na wykładach i wiczeniach. Przygotowanie kompletu sprawozdań z wiczeń. Zdane kolokwia (min. 60% pozytywnych odpowiedzi). Warunkiem przystąpienia do egzaminu jest uzyskanie zaliczenia z wiczeń	
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>	
Wydolność tlenowa, czynniki determinujące, sposoby pomiaru. Wydolność beztlenowa, czynniki determinujące, sposoby pomiaru. Wpływ treningu fizycznego na organizm. Progi metaboliczne	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<b>Treści programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
Bezpośrednia i pośrednie metody wyznaczania maksymalnego minutowego poboru tlenu. Analiza zmian wskaźników fizjologicznych w czasie wysiłku progresywnego, kryteria wyznaczania maksymalnego minutowego poboru tlenu. Mechanizmy zaopatrzenia tlenowego. Progi metaboliczne, strefy metaboliczne, zakresy tętna. Metody oceny maksymalnej mocy beztlenowej. Wykorzystanie hipoksji w treningu sportowym. Przetrenowanie przyczyny, objawy i sposoby zapobiegania. Wpływ treningu na organizm.	15
Forma zajęć : <b>wiczenia laboratoryjne</b>	
Bezpośrednia i pośrednie metody wyznaczania maksymalnego minutowego poboru tlenu. Analiza zmian wskaźników fizjologicznych w czasie wysiłku progresywnego, kryteria wyznaczania maksymalnego minutowego poboru tlenu. Mechanizmy zaopatrzenia tlenowego. Progi metaboliczne, strefy metaboliczne, zakresy tętna. Analiza i interpretacja wyników testu Wingate. Ocena intensywności wysiłku.	15
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
A. Ronikier , Fizjologia Sportu, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 2001	
K. Birch, K. George, D. MacLaren , Fizjologia sportu. Krótkie wykłady 2017	
M. Zato . A. Jastrzębska, Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej 2010	
Uzupełniająca	

#### Dane jako ciowe

Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>	
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	1
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0
Przygotowanie do laboratorium, wiczeń, zajęć	3
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	8
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	6
Inne	0



Sumaryczne obciążenie prac studenta	50	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	33	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	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:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Fizjologia wysiłku fizycznego				
Course / group of courses:	Physiology of Physical Effort				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169734	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	2, 3		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	LO	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
2	3	LO	15	Egzamin	2
<b>Razem</b>			<b>45</b>		<b>4</b>
Koordinator:	dr hab. Marcin Maciejczyk				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Marcin Maciejczyk				
J zyk wykładowy:	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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Wiedza z kursu anatomii, biochemii i fizjologii			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka podczas wysiłku fizycznego, zna w stopniu pogł bionym fizjologi wysiłku fizycznego	WF2_W04	kolokwium
2	ma rozbudowan wiedz na temat roli wysiłku fizycznego, prowadzenia zdrowego trybu ycia i zapobiegania chorobom cywilizacyjnym, rozumie potrzeb edukowania innych (uczniów, zawodników, podopiecznych) w tym zakresie i rozstrzygania fundamentalnych dylematów współczesnej cywilizacji w tym zakresie	WF2_U10	wykonanie zadania
3	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa

<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>	
(Wykład, prezentacja multimedialna, ćwiczenia praktyczne w grupach laboratoryjnych w pracowni fizjologicznej z wykorzystaniem dostępnego sprzętu)	
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)	
<b>kompetencje społeczne:</b> obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
<b>Warunki zaliczenia</b>	
Obecność na wykładach i ćwiczeniach. Przygotowanie kompletu sprawozdań z ćwiczeń. Zdane kolokwia (min. 60% pozytywnych odpowiedzi). Warunkiem przystąpienia do egzaminu jest zaliczenie zajęć laboratoryjnych.	
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>	
Podział wysiłków fizycznych. Reakcje fizjologiczne organizmu na wysiłki o różnej intensywności i czasie trwania oraz w różnym środowisku. Pojemność wydolności fizycznej. Badanie wydolności fizycznej. Wydolność tlenowa i beztlenowa organizmu. Zmęczenie, wypoczynek	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<b>Treści programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
Wpływ środowiska na odpowiedź fizjologiczną organizmu w czasie wysiłku. Rozgrzewka fizyczna. Ergospirometria. Zjawiska występujące w czasie pracy fizycznej: deficyt i dług tlenowy, steady state. "Martwy punkt" i "drugi oddech", szok grawitacyjny, leukocytoza miogenna. Kalorymetria i bilans energetyczny. Czynniki determinujące wydolność fizyczną. Metody oceny wydolności fizycznej. Termoregulacja wysiłkowa. Zmęczenie fizyczne, przyczyny, objawy, zapobieganie. Odwodnienie i jego wpływ na zdolności wysiłkowe. Ból mięśni. Wypoczynek. Superkompensacja. Maksymalny minutowy pobór tlenu i jego znaczenie. Maksymalna moc anaerobowa.	15
Forma zajęć : <b>wiczenia laboratoryjne</b>	
Podział wysiłków fizycznych. Podłoże energetyczne różnych wysiłków fizycznych (tlenowe i beztlenowe). Rodzaje skurczów i pracy mięśniowej. Siła i moc mięśni. Sposoby oceny intensywności pracy. Zasady doboru obciążenia w czasie wysiłku. Reakcje organizmu na wysiłki o różnym czasie trwania i intensywności: wysiłki dynamiczne, wysiłek standardowy o stałej intensywności, wysiłek progresywny, supramaksymalny, wysiłek statyczny, wysiłki interwałowe.	15
Semestr: 3	
Forma zajęć : <b>wiczenia laboratoryjne</b>	
Kalorymetria i bilans energetyczny. Ocena długu i deficytu tlenowego. Metody oceny wydolności fizycznej. Maksymalny minutowy pobór tlenu i jego znaczenie. Maksymalna moc anaerobowa. Ocena wydolności tlenowej i beztlenowej. Metody oceny intensywności wysiłku	15
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Artur Jaskólski, Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, AWF, Wrocław 2002	
Jan Górski, Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa 2001	
Zdzisław Adach, Wioleta Brzenczek-Owczarzak, Irena Celejowa, Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego 201	
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	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	15	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	20	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	17	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>100</b>	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	48	1,9
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	50	2,0

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 :	Gerontoprofilaktyka				
Course / group of courses:	Geronto-prophylaxis				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169751	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4	P	15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>1</b>
Koordynator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Zaliczone kursy psychologii i pedagogiki oraz metodyk szczegółowych na studiach I stopnia			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka	WF2_W04	kolokwium
2	potrafi zaprojektowa , zrealizowa i w razie potrzeby zmodyfikowa program aktywno ci fizycznej/prozdrowotnej dla osób w starszym wieku	WF2_U02	wykonanie zadania
3	posiada umiej tno pisemnego przedstawienia programu zamierzonych działa oraz dokumentowania wyników pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych wykorzystuj c posiadana wiedz	WF2_U03	praca pisemna
4	posiada umiej tno identyfikowania potencjału motorycznego, formułowania i rozwi zywania problemu typowego dla działałno ci zawodowej, komunikowania si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania sekwencji ruchowych, ich doskonalenia i poprawiania bł dów, formułuj c i testuj c w ten sposób hipotezy zwi zane z	WF2_U10	wykonanie zadania

4	prostymi problemami wdru eniowymi w zakresie ruchu	WF2_U10	wykonanie zadania
5	dba o bezpiecze stwo swoich wychowanków, odpowiedzialnie pełni c rol zawodow , obowizki zawodowe wykonuje z zachowaniem zasad higieny i bezpiecze stwa pracy, tworzy wzory wia ciwego post powania w pracy i w yciu	WF2_K03	obserwacja wykonania zada
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(opis, instrukta , wiczenia praktyczne; dyskusja, prezentacja multimedialna; praca indywidualna, praca grupowa;)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
<b>umiej tno ci:</b> ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu) ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
<b>kompetencje społeczne:</b> obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa )			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Kolokwium pisemne;			
<b>Tre ci programowe (opis skrócony)</b>			
Podstawy teoretyczne organizacji aktywno ci ruchowej ludzi starszych. Praktyczne umiej tno ci przygotowania i prowadzenia zaj ruchowych z seniorami. Kształtowanie pozytywnych postaw i szacunku do staro ci, jako zjawiska społecznego.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Tre ci programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 4			
Forma zaj : <b>wiczenia praktyczne</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podstawowe poj cia z zakresu gerontologii.</li> <li>2. Aktywno fizyczna w prewencji przedwczesnego starzenia si organizmu człowieka.</li> <li>3. Miejsce człowieka starszego w rodzinie, społecze stwie. Zmiany inwolucyjne osobowo ci, zainteresowa , motywacji.</li> <li>4. Stan zdrowia i sprawno populacji ludzi starszych w Polsce i w krajach europejskich.</li> <li>5. Aktywno fizyczna w profilaktyce chorób charakterystycznych dla staro ci: nadci nienie t tnicze, choroba niedokrwienna serca, przewlekła obturacyjna choroba płuc, choroba zwyrodnieniowa stawów i kr gostupa, osteoporoza.</li> <li>6. Aktywno fizyczna a upadki u osób w podeszłym wieku.</li> <li>7. Podstawowe zasady metodyczne dotycz ce bezpiecznego prowadzenia zaj z osobami starszymi (wskazania i przeciwwskazania do zaj ruchowych).</li> <li>8. Zasady programowania ró norodnych zaj ruchowych, ukierunkowanych na kreacji zdrowia</li> </ol>			15
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Agnieszka Nowicka , Wybrane problemy osób starszych, Kraków 2008			
Anna Marchewka, Zbigniew D browski, Jerzy oł d , Fizjologia starzenia si ; profilaktyka i rehabilitacja, Warszawa 2012			
Jolanta Perek – Białas, Aktywne starzenie, aktywna staro , Kraków 2005			
Robert D. Hill, Pozytywne starzenie si , Warszawa 2009			
Tomasz Grodzicki, Józef Kocemba, Anna Skalska, Geriatria z elementami gerontologii ogólnej , Gda sk 2007			
Uzupełniaj ca			

Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
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	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	3	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	3	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	2	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>25</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>1</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	17	0,7
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 :	Gimnastyka				
Course / group of courses:	Gymnastics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169724	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	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	S	30	Egzamin	2
<b>Razem</b>			<b>60</b>		<b>4</b>
Koordynator:	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				

## Obja nienia:

**Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.**

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S – seminarium/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Posiadanie efektów uczenia si w zakresie kursu gimnastyki realizowanego na studiach I stopnia			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium
2	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych, rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania	WF2_W14	kolokwium
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w poszczególnych dyscyplinach	WF2_U01	wykonanie zadania



4	posiada umiejtno s dziovania podstawowych dyscyplin sportu na poziomie sportu mlodzie owego, wspóldziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol	WF2_U11	wykonanie zadania
5	umie ocenia prawidlowo doboru obci e treningowych oraz dobiera rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej, wieku osób wicz cych oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikowa przeciwwskazania do sportu oraz b dy i zaniedbania i potrafi je korygowa w praktyce	WF2_U17	wykonanie zadania

**Stosowane metody osi gania zakladanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)**

(Pokaz, obja nienie, prezentacja multimedialna. Metoda zadaniowa, problemowa, syntetyczna, kombinowana.)

**Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si**

**wiedza:**

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

**umiejtno ci:**

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

**Warunki zaliczenia**

Frekwencja, zaliczenia cz stkowe z kolokwiów oceniaj cych poziom wiedzy, praktyczne zaliczenie ró nych układów wicze obowi zkowych i dowolnych. Samodzielne przygotowanie i powadzenie cz ci wstpnej jednostki lekcyjnej (sem. I) i jednostki lekcyjnej (sem. II). Egzamin pisemny - pytania otwarte

**Tre ci programowe (opis skrócony)**

Kobiety - Powtórzenie i udoskonalenie metodyki nauczania wicze ze studiów I ?go stopnia. Poszerzenie zasad samoasekuracji i asekuracji. Kształtowanie wysokiego poziomu sprawno ci fizycznej, opanowanie kolejnych umiejtno ci gimnastycznych. Organizacja i prowadzenie pokazów gimnastycznych.  
M czy ni - Pogł bienie wiedzy w zakresie metodyki nauczania i wykonywania wicze gimnastycznych. Zasady asekuracji. Organizacja i prowadzenie imprez rekreacyjnych o charakterze gimnastycznym. Zasady s dziovania. Organizacja i prowadzenie gimnastycznych pokazów oraz zawodów sportowych.

**Content of the study programme (short version)**

**Tre ci programowe**

Liczba godzin

Semestr: 1

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

Kobiety:  
 Doskonalenie wicze zrealizowanych na studiach I go stopnia 10 h.  
 Technika, metodyka nauczania oraz sposoby asekuracji nowych wicze na cie ce gimnastycznej (wychwyt z głowy, przerzut w tył, skomplikowane ł czenia kilku elementów) 4 h.  
 Technika, metodyka nauczania oraz sposoby asekuracji nowych wicze w zwisach i podporach na dr ku i drabinkach 4 h.  
 Technika, metodyka nauczania oraz sposoby asekuracji wcie niej poznanych i nowych wicze równowa nych (ró ne wej cia i wysoki na przyrz d, przej cia, pozycje równowa ne oraz zeskoki) – 6 h.  
 Technika, metodyka nauczania oraz sposoby asekuracji skoków prostych i zło onych 4h.  
 Akrobatyka sportowa metodyka nauczania i technika wykonania piramid dwójkowych, trójkowych i wieloosobowych - 4 h.  
 Zaliczenia praktyczne i teoretyczne – 2h.  
 M czy ni:  
 Rodzaje oraz zasady asekuracji biernej i czynnej - 2h  
 Powtórzenie wicze zrealizowanych na studiach pierwszego stopnia i ich doskonalenie - 8h  
 Technika i metodyka nauczania wicze wolnych - wybrane sposoby asekuracji - 4h  
 Technika i metodyka nauczania wicze równowa nych - belka gimnastyczna i przyrz dy zast pcze - wybrane sposoby asekuracji - 4h  
 Technika i metodyka nauczania zwisów i podporów - por ce symetryczne - wybrane sposoby asekuracji - 4h  
 Technika i metodyka nauczania zwisów i podporów - dr ek gimnastyczny dosi ny i doskoczny - wybrane sposoby asekuracji - 4h  
 Technika i metodyka nauczania zwisów i podporów - kółka gimnastyczne - wybrane sposoby asekuracji -

30

4h	30
Semestr: 2	
Forma zaj : <b>wiczenia specjalistyczne (sportowe)</b>	
<p><b>Kobiety:</b></p> <p>Komponowanie układów wieloosobowych gimnastyczno-tanecznych na zaliczenie – 4 h.  Nauka i doskonalenie układów obowizkowych na przyrzdach na zaliczenie- 4 h.  Komponowanie własnych układów na przyrzdach na zaliczenie -4 h.  Nauka organizacji imprez o charakterze gimnastycznym – pokazy gimnastyczno-akrobatyczne, pokazy cheerleadingu – 6 h.  Prowadzenie elementów lekcji gimnastyki z programu szkoły redniej - 6 h.  Zaliczenia praktyczne i teoretyczne – 2h.</p> <p><b>Mężczyźni:</b></p> <p>Technika i metodyka nauczania skoków złożonych - skoki podstawowe - wybrane sposoby asekuracji - 4h  Technika i metodyka nauczania skoków złożonych - skoki obrotowe - wybrane sposoby asekuracji - 4h  Akrobatyka sportowa - technika i metodyka nauczania wicze dwójkowych i wieloosobowych - wybrane sposoby asekuracji - 8h  Zasady s dziowania - 2h  Komponowanie układów wicze obowizkowych i dowolnych - 4h  Organizacja i realizacja imprez rekreacyjnych i sportowych o charakterze gimnastycznym - 4h</p>	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Jeziński R., Rybicka A., Gimnastyka. Teoria i metodyka, AWF, Wrocław. 2000	
Karniewicz J., Kochanowicz K., wiczenia wolne w gimnastyce sportowej., COS, Gdańsk 2002	
Omorczyk J., Gimnastyka podstawowa w szkolnym systemie współzawodnictwa, EAS, Kraków 2010	
Uzupełniająca	

#### Dane jako ciowe

Przyporzdkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaj ciach	<b>60</b>
Konsultacje z prowadz cym	<b>2</b>
Udział w egzaminie	<b>1</b>
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>2</b>
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>17</b>
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	<b>10</b>
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>8</b>
Inne	<b>0</b>

Sumaryczne obciążenie prac studenta	100	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	4	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	65	2,6
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	80	3,2

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:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Historia olimpizmu				
Course / group of courses:	History of Olympism				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169720	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	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo podstawowych faktów z zakresie historii staro ytniej i nowo ytniej z poprzednich okresów edukacji			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	W pogł bionym stopniu zna poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna społeczno-kulturowe warto ci kultury fizycznej i zło one zale no ci miedzy nimi	WF2_W01	kolokwium
2	potrafi uczestniczy w debacie, zaprezentowa ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le w sposób precyzyjny i merytoryczny, wykorzystuj c przy tym wiedz innych autorów oraz praw i teorii z zakresu kultury fizycznej, komunikowa si na tematy specjalistyczne z ró nymi kr gami odbiorców	WF2_U12	wykonanie zadania
3	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa

Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)	
(Prezentacje multimedialne (wykład), praca w zespole, dyskusja)	
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)	
<b>kompetencje społeczne:</b> obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
Warunki zaliczenia	
Uzyskanie dwóch pozytywnych ocen z kolokwium podczas semestru, aktywność na wiczeniach np. w formie opracowania referatów	
Treści programowe (opis skrócony)	
Pojęcie etosu olimpijskiego, rozwój i przebieg olimpiad w starożytności, wznowienie nowożytnych igrzysk olimpijskich, współczesny ruch olimpijski w Polsce i na świecie.	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć: <b>wykład</b>	
Geneza i przebieg igrzysk olimpijskich w starożytności (776 p.n.e.-393 n.e.). Baron Pierre de Coubertin i jego wizja olimpizmu. Powstanie MKOL (1894 r.) i pierwsze igrzyska nowożytne do I wojny światowej (1896-1912). Powstanie polskiego ruchu olimpijskiego (1919) oraz udział polskich sportowców w igrzyskach letnich i zimowych od 1924 r.	15
Forma zajęć: <b>wiczenia audytoryjne</b>	
Igrzyska w okresie międzywojennym do 1936 r. Igrzyska powojenne. Ruch olimpijski a polityka (Melbourne 1956, Moskwa 1980, Los Angeles 1984). Igrzyska współczesne po przezwyciężeniu podziału świata na dwa przeciwstawne bloki (1992-2018). Fair play. Współczesny ceremoniał olimpijski i jego geneza. Współczesny ideał kalokagatii.	15
Literatura	
Podstawowa	
Firek W., Filozofia olimpizmu Pierre'a de Coubertina, Warszawa 2016	
Miller D., Historia igrzysk olimpijskich i MKOL. Od Aten do Londynu 1894-2012, Poznań 2012	
Pierre de Coubertin, Przemówienia. Pisma różne i listy, Warszawa 1994	
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	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	5

Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	7	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	6	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>32</b>	<b>1,3</b>
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 :	Koszykówka				
Course / group of courses:	Basketball				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169725	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	1	Semestr:		1	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	mgr Janusz Stawarz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Janusz Stawarz				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Posiadanie efektów kształcenia w zakresie koszykówki weryfikowane programem realizacji na studiach I stopnia. Orzeczenie lekarskie o zdolno ci do studiowania na kierunku wychowania fizycznego.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk koszykówki, zna przepisy maj ce zastosowanie w koszykówce oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium, wypowied ustna
2	posiada wiedz oraz umiej tno ci do zorganizowania i przeprowadzenia rozgrywek, turniejów koszykarskich	WF2_W14	wypowied ustna
3	posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie koszykówki, pozwalaj ce na prezentowaniu wicz cym prawidłowej techniki koszykarskiej	WF2_U01	wykonanie zadania
4	zna przepisy i posiada umiej tno s dziowania meczu koszykówki na poziomie sportu młodzie owego	WF2_U11	wykonanie zadania

5	umie oceni poziom sprawności i techniki wiczących, dobra odpowiedniość rodki i metody pozwalające osiągnąć zamierzone efekty nauczania elementów techniki koszykówki	WF2_U17	wykonanie zadania
6	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona, umie korzystać z dorobku innych i wie kiedy zasięgnąć opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa
7	docenia znaczenie profesjonalizmu w kulturze fizycznej, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów wypełniając w ten sposób zobowiązania społeczne	WF2_K02	obserwacja zachowa
8	dba o bezpieczeństwo swoich wychowanków, odpowiedzialnie pełni rolę zawodowca, obowiązków zawodowe wykonuje z zachowaniem zasad higieny i bezpieczeństwa pracy, tworząc wzory właściwego postępowania w pracy i w życiu	WF2_K03	obserwacja zachowa
9	jest gotów angażować uczniów do wspólnego inicjowania i przeprowadzania wydarzeń sportowych, przewodzi grupie i ponosi za nie odpowiedzialność, orientuje się na bieżąco w wydarzeniach związanych ze sportem i kulturą fizyczną realizując w ten sposób działania na rzecz interesu społecznego, myśli i działa w sposób przedsiębiorczy	WF2_K04	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(-objaśnienie  
 -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 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

Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności, aktywny udział w zajęciach oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów.

#### Treści programowe (opis skrócony)

Poszerzenie wiedzy i umiejętności w zakresie koszykówki, doskonalenie elementów techniki z akcentem na wiczenia kompleksowe i wykonywane w fragmentach gry. Szczegółowe poznanie założeń systemów atakowania i obrony. Założenia planowania i kontroli procesu treningowego w koszykówce.

#### Content of the study programme (short version)

Expanding knowledge and skills in the field of basketball, improving the elements of technique with an emphasis on comprehensive exercises and exercises performed in parts of the game. Detailed understanding of the assumptions of attack and defense systems. Assumptions for planning and controlling the training process in basketball.

#### Treści programowe

	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć: <b>wiczenia praktyczne</b>	
1. Zajęcia organizacyjne. Doskonalenie podstaw techniki koszykarskiej wiczenia kompleksowe. 2. Strategia i taktyka gry: - działania indywidualne, - działania grupowe, - działania drużynowe. 3. Gra 1x1 – zachowanie się zawodnika w grze w ataku z piłką i bez piłki. Cięcie, obiegnięcie, uwolnienie, ucieczka za plecy. 4. Poszerzenie wiadomości i umiejętności z zakresu krycia zawodnika z piłką i bez piłki. 5. Współpraca zawodników w grze w ataku. Zasłony – sposoby ich wykonania i ich wykorzystanie. Gra	30



<p>wła ciwa , s dziowanie.</p> <p>6. Zało enia współpracy w grze w obronie. Zasady krycia po stronie mocnej (piłki) i słabej (pomocy) w wiczeniach 4x4.</p> <p>7. Atakowanie szybkie zorganizowane – analiza, przykłady wicze w formie cistej i fragmentów gry.</p> <p>8. Atak pozycyjny – zasady ustawienia i przemieszczania przy rozgrywaniu ataku pozycyjnego.</p> <p>9. Atak pozycyjny 5-0 oparty na grze na zasadach.</p> <p>10. Sposoby zespołowej gry w obronie – obrona „ka dy swego” i jej odmiany.</p> <p>11. Obrona „strefowa”, ustawienia – sposoby ustawiania i krycia.</p> <p>12. Planowanie procesu szkoleniowego – podział na cykle – wyznaczanie celów konstrukcja zaj .</p> <p>13. Koszykówka 3x3 – jako gra sportowo-rekreacyjna. Zało enia, zasady, przepisy.</p> <p>14. Organizacja i przeprowadzenie turnieju i rozgrywek w koszykówk .</p> <p>15. Sprawdzian teoretyczny i praktyczny z zakresu tematów zaj .</p>	30
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

<b>Literatura</b>
Podstawowa
Arlet T., Koszykówka. Podstawy techniki i taktyki gry, AWF, Kraków 2001
Huci ski T. , Koszykówka dla trenerów, nauczycieli i studentów, BK, Wrocław 2001
Huci ski T. , Vademecum koszykówki., COS , Warszawa, 1996
Przepisy gry w koszykówk , PZKosz, strona internetowa PZKosz
Uzupełniaj ca

#### Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
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	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	4	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	32	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	35	1,4

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 :	Lekkoatletyka				
Course / group of courses:	Athletics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169730	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	1, 2	Semestr:		2, 4	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	S	30	Zaliczenie z ocen	2
2	4	S	30	Egzamin	2
<b>Razem</b>			<b>60</b>		<b>4</b>
Koordinator:	dr Piotr Kuczek				
Prowadz cy zaj cia:	dr Renata Błyszczuk, dr Piotr Kuczek				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - 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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Nabyte podczas studiów pierwszego stopnia efekty uczenia si .			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk konkurencji lekkoatletycznych, zna przepisy, podstawy treningu sportowego rzutów biegów i skoków	WF2_W06	kolokwium
2	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu lekkiej atletyki i dyscyplin pokrewnych (biegi przełajowe, bieg na orientacj ), rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych przy organizacji takich imprez	WF2_W14	kolokwium
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych konkurencji lekkoatletycznych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w poszczególnych konkurencjach	WF2_U01	wykonanie zadania

4	posiada umiejętność działania wszystkich konkurencji lekkoatletycznych na poziomie sportu młodzieżowego,	WF2_U11	wykonanie zadania
5	umie ocenić prawidłowo doboru obciążeń treningowych oraz dobiera rodzki i metody pracy szkoleniowej w zależności od sprawności fizycznej, wieku osób ćwiczących oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikować przeciwwskazania do sportu oraz błędy i zaniedbania i potrafi je korygować w praktyce	WF2_U17	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>			
(Pokazy i objaśnienie, prezentacja techniki oraz metodyki nauczania z wykorzystaniem środków audiowizualnych, metody praktycznego działania.)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Teoria: pisemnie a umiejętności praktyczne zaliczenie sprawnościowe po każdym semestrze tj. 2,4, Egzamin pisemny po semestrze 4			
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>			
Poszerzenie wiedzy i umiejętności w zakresie lekkiej atletyki o trudniejsze technicznie i zaawansowane konkurencje takich jak skok o tyczce i rzut dyskiem. Ugruntowanie umiejętności podstawowych konkurencji lekkoatletycznych takich jak skok w dal i pchnięcie kul.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Treści programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 2			
Forma zajęć : <b>wiczenia specjalistyczne (sportowe)</b>			
Nauczanie techniki zaawansowanych konkurencji lekkoatletycznych: Skok o tyczce - ćwiczenia przygotowawcze i oswojenie, - ćwiczenia z tyczką, rozbieg i pokonanie poprzeczki Rzut dyskiem - ćwiczenia przygotowawcze i oswojenie Rzuty w pełnej formie z miejsca i z obrotem Nauczanie biegu przeszkodowego z atakowaniem rowu z wodami Specyfika biegu na dystansie 400pł. Biegi na skróconym dystansie. Nauczanie i zaawansowana forma trójskoku Doskonalenie sztafety 4x100m w pełnej formie biegu w strefach zmian Doskonalenie biegu przez płotki.			30
Semestr: 4			
Forma zajęć : <b>wiczenia specjalistyczne (sportowe)</b>			
Nauczanie i zastosowanie w praktyce techniki obrotowej w pchnięciu kul Nauczanie i zastosowanie w praktyce techniki biegowej w skoku w dal Doskonalenie technik i umiejętności technicznych stosowanych w konkurencjach lekkoatletycznych mających zastosowanie na zawodach szkolnym na poziomie szkoły ponadpodstawowej (skok w dal, pchnięcie kul, skok wzwyż, biegi krótkie i średnie) Udział w biegu masowym i udział lub organizowanie i sędziowanie zawodów lekkoatletycznych			30
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Gabryś T., Bober Z., Lekkoatletyka podręcznik dla studentów, nauczycieli i trenerów - cz. II - Skoki, rzuty i wieloboje, AWF, Katowice 200			
Gabryś T., Bober Z. Lekkoatletyka, Podręcznik dla studentów, nauczycieli i trenerów- Cz. I – Biegi i chód sportowy, AWF, Katowice 2005			
Iskra J., Lekkoatletyka - podręcznik dla studentów, AWF, Katowice 2004			

Mleczko E. , Lekkoatletyka., AWF , Kraków 2007
Wojnar J., Iskra J. , Atlas wicze lekkoatletycznych dla dzieci i młodzie y, Wydawnictwo Politechniki Opolskiej , Opole 2008
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	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	12	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	17	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	8	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>100</b>	
Liczba punktów ECTS		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	63	2,5
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	60	2,4

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:	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-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	169745	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	1, 2, 3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	L	30	Zaliczenie z ocen	1
	2	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2	3	L	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>90</b>		<b>4</b>
Koordinator:	mgr Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - ---, semestr: 2 - j zyk polski, j zyk angielski (100%) , 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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo j zyka obcego na poziomie B2.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 umiej tno ci j zykowe pozwalaj ce na porozumiewania si w wybranym j zyku obcym nowo ytnym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2+ Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF2_U13	kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podaj ce (obja nienie (wyja nienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, wiczenia przedmiotowe, praca z podr cznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ci gu zdarze prowadz ca do znalezienia rozwi zania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizuj ce, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwi zanie zawartego w nim problemu), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłu sza dyskusja z ocen i wyborem zwyci zcy), - swobodna wymiana pogl dów, tak e nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wst pne prowadz do rozwi zania wyłoniętego w dyskusji), - mapa my li (notowanie my li w formie graficznej)), metody eksponuj ce (materiał audiowizualny, wycieczka)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<p><b>umiej tno ci:</b></p> <p>ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, eseju, raportu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk.)  ocena aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach,  obecno na zaj ciach zgodna z Regulaminem Studiów PWSZ w Tarnowie)  ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej,  ocena zadania projektowego,  ocena wykonania zadania na wiczeniach,)  ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej,  ocena wyst pienia podczas prezentacji, projektów referatów,  ocena udziału w dyskusji,  rozmowa nieformalna)</p>	
<p><b>Warunki zaliczenia</b></p> <p>Prowadz cy zaj cia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowi zuj cych tre ci programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne do wiadczenie dydaktyczne, formułuje ocen , posługuj c si kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów PWSZ w Tarnowie.</p>	
<p><b>Tre ci programowe (opis skrócony)</b></p> <p>Kurs opiera si na podr czniku i programie uwzgl dniaj cym ró norodne bloki tematyczno-leksykalne dotycz ce ycia codziennego o charakterze społeczno-kulturowym, a tak e zagadnienia gramatyczne dostosowane do poziomu kursu.</p>	
<p><b>Content of the study programme (short version)</b></p> <p>The course is based on the handbook and on the program that takes into consideration various thematic and lexical blocks of socio-cultural character related to everyday life as well as grammatical issues adjusted to the level of the course.</p>	
<p><b>Tre ci programowe</b></p>	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zaj : <b>lektorat</b>	
<p>Kurs opiera si na podr czniku i programie uwzgl dniaj cym ró norodne bloki tematyczno-leksykalne dotycz ce ycia codziennego i o charakterze społeczno-kulturowym, a tak e zagadnienia gramatyczne dostosowane do poziomu kursu.</p> <p>Zagadnienia gramatyczne</p> <p>Czasowniki: regularne, nieregularne, czasowniki frazowe, wybrane czasowniki, po których stosuje si form gerund lub bezokolicznik.</p> <p>Czasowniki modalne.</p> <p>Czasy gramatyczne: wyra anie tera niejszo ci, wyra anie przeszło ci, wyra anie przyszło ci.</p> <p>Rzeczowniki: policzalne i niepoliczalne, zło one (compound nouns), przedimki</p> <p>Przymiotniki: podział, stopniowanie.</p> <p>Przysłówki: tworzenie, rodzaje, funkcje, pozycja w zdaniu;</p> <p>przedimki: rodzaje, u ycie.</p> <p>Zdania przydawkowe.</p> <p>Mowa zależna.</p> <p>Zdania warunkowe.</p> <p>Strona bierna.</p> <p>Konstrukcje pytaj ce.</p> <p>Zagadnienia leksykalne</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relacje międzyludzkie, nawizywanie znajomo ci, formy komunikacji.</li> <li>- Podró e, atrakcje turystyczne, ró nice kulturowe , globalizacja.</li> <li>- Osi gni cia ludzko ci, wynalazki, opisywanie i definiowanie przedmiotów/ poj .</li> <li>- Praca- predyspozycje, cechy charakteru wymagania, ubieganie si o prac , sukces.</li> <li>- Sztuka, literatura, film.</li> <li>- Kultura, ró nice kulturowe.</li> <li>- Formy sp dziania wolnego czasu, pasje i zainteresowania, sport, podejmowanie ryzyka.</li> <li>- Ludzie: opisywanie wygl du, cech charakteru, osobowo ci uczu ; wspomnie .</li> <li>- ycie codzienne: zakupy, usługi, jedzenie i picie, gotowanie.</li> <li>- Podstawowe poj cia prawne, (prawo, przest pczó , ubezpieczenia).</li> <li>- Media, reklama, podstawowe poj cia z psychologii.</li> </ul>	30
Semestr: 2	

Forma zaj : <b>lektorat</b>	
Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
Semestr: 3	
Forma zaj : <b>lektorat</b>	
Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Crace A., Acklam R., , New Total English. Upper Intermediate, Students' Book, Pearson Education Limited, Harlow 2012	
Foley M., New Total English. Upper Intermediate, Workbook,, Pearson Education Limited, Harlow 2011	
Materiały z Internetu/prasy – teksty fachowe z dziedziny zwi zanej z kierunkiem studiów, TED Talks, Teacher's resources : <a href="http://www.pearson.pl/angielski/">http://www.pearson.pl/angielski/</a>	
Uzupełniaj ca	

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	<b>90</b>	
Konsultacje z prowadz cym	<b>2</b>	
Udział w egzaminie	<b>0</b>	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>10</b>	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	<b>8</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>8</b>	
Inne	<b>2</b>	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>120</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>92</b>	<b>3,1</b>
Zaj cia 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 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-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	169742	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	1, 2, 3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	L	30	Zaliczenie z ocen	1
	2	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2	3	L	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>90</b>		<b>4</b>
Koordinator:	mgr Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - ---, semestr: 2 - j zyk polski, j zyk niemiecki (100%) , semestr: 3 - 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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo j zyka obcego na poziomie B2.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 umiej tno ci j zykowe pozwalaj ce na porozumiewania si w wybranym j zyku obcym nowo ytnym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2+ Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF2_U13	kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podaj ce (obja nienie (wyja nienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, wiczenia przedmiotowe, praca z podr cznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ci gu zdarze prowadz ca do znalezienia rozwi zania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizuj ce, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwi zanie zawartego w nim problemu), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłu sza dyskusja z ocen i wyborem zwyci zcy), - swobodna wymiana pogl dów, tak e nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wst pne prowadz do rozwi zania wyłoniętego w dyskusji), - mapa my li (notowanie my li w formie graficznej)), metody eksponuj ce (materiał audiowizualny, wycieczka)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<p><b>umiejętności:</b></p> <p>ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, eseju, raportu, 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 PWSZ 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><b>Warunki zaliczenia</b></p> <p>Przewodzący zajęcia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowiązujących treści programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne doświadczenia dydaktyczne, formułuje ocenę, posługując się kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów PWSZ w Tarnowie.</p>	
<p><b>Treści programowe (opis skrócony)</b></p> <p>Kurs opiera się na podręczniku i programie uwzględniającym różnorodne bloki tematyczno-leksykalne dotyczące życia codziennego o charakterze społeczno-kulturowym, a także zagadnienia gramatyczne dostosowane do poziomu kursu.</p>	
<p><b>Content of the study programme (short version)</b></p> <p>The course is based on the handbook and on the program that takes into consideration various thematic and lexical blocks of socio-cultural character related to everyday life as well as grammatical issues adjusted to the level of the course.</p>	
<p><b>Treści programowe</b></p>	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : <b>lektorat</b>	
<p>Zakres gramatyczny:</p> <p>Czasowniki: regularne, nieregularne  Czasowniki modalne  Czasy gramatyczne; główny podział; wyrażanie teraźniejszości, wyrażanie przeszłości, wyrażanie przyszłości  Zdania przydawkowe  Zdania porównawcze  Mowa zależna  Zdania warunkowe  Strona bierna</p> <p>Zakres leksykalny:</p> <p>Komunikacja ustna w sytuacjach życia codziennego: powitanie, pozdrowienie, podziękowanie, przeprosiny. Podawanie danych personalnych, wypełnianie formularza, przedstawianie siebie i przedstawianie innej osoby, jej opis. Przeprowadzanie rozmowy telefonicznej. Zapraszanie i proponowanie, akceptacja i odmowa, wyrażanie własnej opinii, upodobania i dezaprobaty. Wyrażanie uczucia, woli, przymusu, nakazu i zakazu, zachęty, porównywanie. Rodzina, witanie i tradycje, dom – wynajem i kupno mieszkania, zwyczaje żywieniowe, stan zdrowia, sport. Wypoczynek, wakacje i podróże. Nauka, studia i praca – plany na przyszłość.</p> <p>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. Składanie życzeń, wypowiedzi na temat pogody, opowiadanie o zainteresowaniach i spędzaniu wolnego czasu. Uzyskiwanie i udzielanie informacji dotyczących liczby, czasu (godziny i daty), kształtu i koloru oraz odnoszących się do usytuowania przedmiotów i orientacji w mieście; wyrażanie relacji przestrzennych i czasowych.</p> <p>Elementy z zakresu kultury.</p> <p>Słownictwo i sytuacje komunikacyjne związane z kierunkiem studiów, własnymi zainteresowaniami i przyszłą pracą zawodową : czas wolny, kultura fizyczna, elementy anatomii i zdrowy tryb życia, wybrane dyscypliny sportowe i ich uprawianie.</p>	30

Semestr: 2	
Forma zaj : <b>lektorat</b>	
Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
Semestr: 3	
Forma zaj : <b>lektorat</b>	
Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Verena Klotz und Matthias Merkelbach, Fokus Deutsch - Erfolgreich in Alltag und Beruf B2	
Uzupełniaj ca	
Materiały z internetu/prasy oraz wszystkie inne teksty fachowe z dziedziny zwi zanej z kierunkiem studiów kompilowane przez lektora prowadz cego	

#### 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	<b>90</b>	
Konsultacje z prowadz cym	<b>2</b>	
Udział w egzaminie	<b>0</b>	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>10</b>	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	<b>8</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>8</b>	
Inne	<b>2</b>	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>120</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>92</b>	<b>3,1</b>
Zaj cia 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 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 rosyjskiego				
Course / group of courses:	A Foreign Language Course of Russian				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	169743	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	1, 2, 3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	L	30	Zaliczenie z ocen	1
	2	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2	3	L	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>90</b>		<b>4</b>
Koordinator:	mgr Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - ---, semestr: 2 - j zyk polski, j zyk rosyjski (100%) , semestr: 3 - j zyk polski, j zyk rosyjski (100%)				

## Obja nienia:

**Rodzaj zaj : obowi zkowe, do wyboru.**

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S – seminarium/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo j zyka obcego na poziomie B2.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 umiej tno ci j zykowe pozwalaj ce na porozumiewania si w wybranym j zyku obcym nowo ytnym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2+ Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF2_U13	kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podaj ce (obja nienie (wyja nienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, wiczenia przedmiotowe, praca z podr cznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ci gu zdarze prowadz ca do znalezienia rozwi zania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizuj ce, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwi zanie zawartego w nim problemu), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłu sza dyskusja z ocen i wyborem zwyci zcy), - swobodna wymiana pogl dów, tak e nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wst pne prowadz do rozwi zania wyłoniętego w dyskusji), - mapa my li (notowanie my li w formie graficznej)), metody eksponuj ce (materiał audiowizualny, wycieczka)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<p><b>umiej tno ci:</b></p> <p>ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, eseju, raportu, 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 PWSZ w Tarnowie)  ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej,  ocena zadania projektowego,  ocena wykonania zadania na wiczeniach,  ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej,  ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów,  ocena udziału w dyskusji,  rozmowa nieformalna)</p>	
<p><b>Warunki zaliczenia</b></p> <p>Prowadzący zajęcia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowiązujących treści programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne doświadczenia dydaktyczne, formułuje ocenę, posługując się kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów PWSZ w Tarnowie.</p>	
<p><b>Treści programowe (opis skrócony)</b></p> <p>Kurs opiera się na podręczniku i programie uwzględniającym różnorodne bloki tematyczno-leksykalne dotyczące życia codziennego o charakterze społeczno-kulturowym, a także zagadnienia grammatyczne dostosowane do poziomu kursu.</p>	
<p><b>Content of the study programme (short version)</b></p> <p>The course is based on the handbook and on the program that takes into consideration various thematic and lexical blocks of socio-cultural character related to everyday life as well as grammatical issues adjusted to the level of the course.</p>	
<p><b>Treści programowe</b></p>	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : <b>lektorat</b>	
<p>Treści leksykalne:  Czas wolny i zainteresowania.  Pisanie CV. Zawody, miejsca pracy, kwalifikacje, tytuły zawodowe, stopnie naukowe. Obowiązki w pracy, programy pracy studentów za granicą .  Oznaczenie czasu, wskazywanie godzin czasu oficjalnego i nieoficjalnego, dat, ważnych wydarzeń ostatnich lat na wiecie. Opis porządku dnia. Wiadomości telewizyjne.  Wieloletnia państwa, sakralne; wieloletnie polskie i rosyjskie. Atrybuty wieloletnie i prezenty.  Wyznaczanie planów na przyszłość - życie rodzinne i zawodowe.  Produkty spożywcze i inne towary. Porcje produktów. Zakupy w supermarkecie. Przepisy kulinarne, przygotowanie dań .  Kształcenie w uczelni, plan zajęć , egzaminów, zaliczeń z określonych przedmiotów. Nauczanie języków obcych  Mieszkanie i wyposażenie, meble, urządzenia domowe,  akademik i mieszkania wynajmowane.  Człowiek. Wygląd zewnętrzny, cechy charakteru, odzież na każdą okazję i por roku.  Wieloletnia i przyroda: geografia, geopolityka, podstawowe wiadomości o różnorodnych zjawiskach pogodowych, zmianach klimatycznych.  Rosja: informacje o kulturze, historii i gospodarce.  Sport, zainteresowania.</p> <p>Zagadnienia grammatyczne:  Rzeczownik (deklinacja I, II i III, singularia tantum, pluralia tantum, rzeczowniki dwurodzajowe)  Czasownik (konjugacja I i II, czasowniki nieregularne, czas przyszły prosty i złożony, czas przeszły, tryb rozkazujący, tryb warunkowy)  Przymiotnik (deklinacja przymiotników twardestwa- i miękkości, forma pełna i krótka, stopniowanie)  Przysłówek (tworzenie, stopniowanie)  Zaimek (odmiana zaimków osobowych i dzierżawczych, zaimek zwrotny, zaimki nieokreślone)  Przymiotnik (użycie przymiotników w konstrukcjach okolicznikowych miejsca i kierunku czasu, przyczyny, różnic użycia przymiotnika)  Zdania złożone  Mowa zależna</p>	30

Strona bierna	30
Semestr: 2	
Forma zaj : <b>lektorat</b>	
Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
Semestr: 3	
Forma zaj : <b>lektorat</b>	
Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
A. Machnac, Iz pierwszych ust. Rosyjski dla zaawansowanych, Wydawnictwo Kram, Warszawa 2009	
A. Machnac, Iz pierwszych ust. Rosyjski dla redniozaawansowanych, Kram, Warszawa 2014	
A. Pado, Start.ru. Cz.2. J zyk rosyjski dla redniozaawansowanych, WSiP, Warszawa 2006	
Materiały z Internetu, teksty fachowe z dziedziny zwi zanej z kierunkiem studiów	
Uzupełniaj ca	

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	<b>90</b>	
Konsultacje z prowadz cym	<b>2</b>	
Udział w egzaminie	<b>0</b>	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>10</b>	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	<b>8</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>8</b>	
Inne	<b>2</b>	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>120</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>92</b>	<b>3,1</b>
Zaj cia 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 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 włoskiego				
Course / group of courses:	A Foreign Language Course of Italian				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :	Lektorat j zyka obcego				
Kod zaj /grupy zaj :	169744	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	4	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	1, 2, 3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	L	30	Zaliczenie z ocen	1
	2	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2	3	L	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>90</b>		<b>4</b>
Koordinator:	mgr Ewa Chmielowska-Libera				
Prowadz cy zaj cia:					
J zyk wykładowy:	semestr: 1 - ----, semestr: 2 - j zyk polski, j zyk włoski (100%) , semestr: 3 - ----				

## Obja nienia:

**Rodzaj zaj** : obowi zkowe, do wyboru.

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S – seminarium/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo j zyka obcego na poziomie B2.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 umiej tno ci j zykowe pozwalaj ce na porozumiewania si w wybranym j zyku obcym nowo ytnym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2+ Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF2_U13	kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
konsultacje indywidualne, samodzielna praca studentów (samokształcenie), metody podaj ce (obja nienie (wyja nienie, omówienie), opis), metody praktyczne (pokaz, prezentacja, wiczenia przedmiotowe, praca z podr cznikiem, tekstem, projekt (metoda projektów)), metody problemowe (metoda sytuacyjna (analiza opisanej sytuacji, ci gu zdarze prowadz ca do znalezienia rozwi zania oraz przewidzenia skutków decyzji), metody aktywizuj ce, w tym: metoda (analiza) przypadków (z podanego przypadku wyłaniane jest - w grupach lub samodzielnie - rozwi zanie zawartego w nim problemu), tzw. "case studies" - dyskusja dydaktyczna, w tym: - debata (dłu sza dyskusja z ocen i wyborem zwyci zcy), - swobodna wymiana pogl dów, tak e nauczyciela, - za i przeciw, - burza mózgów (pytania wst pne prowadz do rozwi zania wyłoniętego w dyskusji), - mapa my li (notowanie my li w formie graficznej)), metody eksponuj ce (materiał audiowizualny, wycieczka)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<p><b>umiej tno ci:</b></p> <p>ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, eseju, raportu, 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 PWSZ 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>	
<b>Warunki zaliczenia</b>	
<p>Przewodzący zajęcia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowiązujących treści programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne doświadczenia dydaktyczne, formułuje ocenę, posługując się kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów PWSZ w Tarnowie.</p>	
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>	
<p>Kurs opiera się na podręczniku i programie uwzględniającym różnorodne bloki tematyczno-leksykalne dotyczące życia codziennego o charakterze społeczno-kulturowym, a także zagadnienia grammatyczne dostosowane do poziomu kursu.</p>	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<p>The course is based on the handbook and on the program that takes into consideration various thematic and lexical blocks of socio-cultural character related to everyday life as well as grammatical issues adjusted to the level of the course.</p>	
<b>Treści programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : <b>lektorat</b>	
<p>Zakres grammatyczny:</p> <p>Różnicowanie i stosowanie: liczby pojedynczej i mnogiej, rodzaju męskiego i żeńskiego rzeczowników i przymiotników, rodzajników, zaimków wskazujących, dzierżawczych, zaimków dopełnienia bliższego i dalszego. Zaimki ci, ne, pronomi diretti e indiretti, pronomi combinati, pronomi relativi. Przyimki, przysłówki, forma grzecznościowa. Czasowniki regularne trzech koniugacji i wainiejsze czasowniki nieregularne (essere, avere, andare, venire, stare, dare, volere, potere, dovere, fare, tradurre, etc.). Czasowniki regularne i nieregularne w następujących czasach trybu oznajmującego: presente, passato prossimo i imperfetto, futuro semplice i futuro anteriore. Tryby: il condizionale, l'imperativo, il congiuntivo, il gerundio. Budowa zdań pojedynczych i złożonych. Zgodność czasów. Poznanie różnorodnych rejestrów języka.</p> <p>Zakres leksykalny:</p> <p>Komunikacja ustna w sytuacjach życia codziennego: Powitanie, pożegnanie, podziękowanie, przeprosiny. Podawanie danych personalnych, wypełnianie formularza, przedstawianie siebie i przedstawianie innej osoby, jej opis. Przeprowadzanie rozmowy telefonicznej. Zapraszanie i proponowanie, akceptacja i odmowa, wyrażanie własnej opinii, upodobania i dezaprobaty. Wyrażanie uczucia, woli, przymusu, nakazu i zakazu, zachęty, porównywanie. Rodzina, wiotowanie i włoskie tradycje, włoski dom – wynajem i kupno mieszkania, zwyczaje żywieniowe, stan zdrowia, sport. Wypoczynek, wakacje i podróże. Nauka, studia i praca – plany na przyszłość.</p> <p>Dyskusje, streszczenia, konstruowanie rozbudowanych, dłuższych wypowiedzi ustnych i pisemnych. 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. Składanie życzeń, wypowiedzi na temat pogody, opowiadanie o zainteresowaniach i spędzaniu wolnego czasu. Uzyskiwanie i udzielanie informacji dotyczących liczby, czasu (godziny i daty), kształtu i koloru oraz odnoszących się do usytuowania przedmiotów i orientacji w miejscu; wyrażanie relacji przestrzennych i czasowych. Słownictwo i sytuacje komunikacyjne związane z kierunkiem studiów, własnymi zainteresowaniami i przyszłą pracą zawodową. Elementy włoskiej kultury. Tematyka i sytuacje przygotowują studentów do komunikacji we włoskiej rzeczywistości i do uczestnictwa w kulturze Włoch</p>	30
Semestr: 2	
Forma zajęć : <b>lektorat</b>	



Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
Semestr: 3	
Forma zaj : <b>lektorat</b>	
Kontynuacja zagadnie wyszczególnionych w poprzednim semestrze.	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
B. Quirino, , Italia, Italiano, Italiani. , Scan i Hybryda, Tarnów 2014	
G. Rizzo, L. Ziglio, Nuovo Espresso 1 / 2 / 3 (z cz ciami: Podr cznik ucznia, Esercizi supplementari, DVD, Attivita e giochi, Grammatica) , Alma Edizioni, Firenze 2015	
M. La Grassa, L'italiano all'Universita, Edilingua, Roma 2012	
Uzupełniaj ca	
Materiały przygotowane przez prowadz cego zaj cia.	

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	<b>90</b>	
Konsultacje z prowadz cym	<b>2</b>	
Udział w egzaminie	<b>0</b>	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>10</b>	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	<b>8</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>8</b>	
Inne	<b>2</b>	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>120</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>92</b>	<b>3,1</b>
Zaj cia 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 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 gimnastyki korekcyjnej				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Masa w korekcji wad postawy				
Course / group of courses:					
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169897	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu anatomii, fizjologii i biomechaniki narz du ruchu oraz kinezyterapii wad postawy.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w cielem zdrowego człowieka, zna w stopniu pogł bionym fizjologi wysiłku fizycznego, dysponuje poszerzon wiedz na temat nieprawidłowo ci postawy ciała, wad postawy ciała i zaburze przebiegu ruchu	WF2_W04	kolokwium
2	ma wiedz na temat zmian postawy ciała w ontogenezie, rodzajów wad postawy ciała, czynników ryzyka ich rozwoju i konsekwencji dla zdrowia	WF2_W15	kolokwium
3	zna metody stosowane w diagnostyce wad postawy ciała i analizie ruchu, ma wiedz niezb dn do sporz dzenia raportu z badania postawy ciała i przeprowadzenia analizy wyników takiego badania	WF2_W16	obserwacja wykonania zada
4	posiada umiej tno posługiwania si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz , potrafi oceni podstawowe parametry	WF2_U20	wykonanie zadania

4	opisuj ce ruch, np. zakres ruchu	WF2_U20	wykonanie zadania
5	Potrafi wykorzysta elementy masa u klasycznego, segmentarnego i akupresury jako uzupełnienie gimnastyki korekcyjnej w terapii wad postawy ciał.	WF2_U21	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(Pokaz i obja nienie, nauczanie z wykorzystaniem rodków audiowizualnych, metody praktycznego działania manualnego z zakresu masa u, terapii manualnej i kinezyterapii. Praca strukturalna i zastosowanie masa u powi ziowego oraz segmentarnego.)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium) obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wla ciwych)			
<b>umiej tno ci:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespolowego na wiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Zaliczenie z ocen semestr drugiego. Zaliczenie teoretyczne i praktyczne z zakresu wybranych masa y i elementów terapii manualnej w korekcji wad postawy.			
<b>Tre ci programowe (opis skrócony)</b>			
Doskonalenie masa u klasycznego, leczniczego oraz elementów terapii manualnej. Opanowanie metod wykonywania masa u klasycznego, w wybranych jednostkach chorobowych oraz umiej tno mobilizacji biernych i czynnych na wybranych mi niach i stawach. Metody pracy strukturalnej w postepowaniu korekcyjnym.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Tre ci programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 4			
Forma zaj : <b>wiczenia praktyczne</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Teoria i praktyka masa u klasycznego. Techniki masa u.</li> <li>Metodyka masa u mi ni grzbietu i mi ni przykr gosłupowych.</li> <li>Metodyka masa u ko czyn dolnych: stopa, staw skokowy, podudzie.</li> <li>Metodyka masa u ko czyn dolnych: staw kolanowy, udo, staw biodrowy. Ko czyna dolna jako cało .</li> <li>Metodyka masa u powłok brzusznych i klatki piersiowej.</li> <li>Metodyka masa u ko czyn górnych: r ka, staw nadgarstkowy, przedrami .</li> <li>Metodyka masa u ko czyn górnych: staw łokciowy, rami , staw barkowy. Ko czyna górna jako cało .</li> <li>Metodyka masa u karku, twarzy, głowy i szyi.</li> <li>Masa całego ciała.</li> <li>Masa izometryczny.</li> <li>Masa centryfugalny.</li> <li>Masa powi ziowy.</li> </ol> <p>Masa klasyczny w wybranych wadach postawy i jednostkach chorobowych. Metody strukturalne w ocenie postawy ciała.</p>			30
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Kasperczyk T. ,i wsp. , Masa z elementami rehabilitacji, Wydawnictwo REHMED, Kraków 2006			
Lewit K. , Leczenie manualne zaburze czynno ci narz du ruchu, PZWL, Warszawa 1984			
Magiera L, Kasperczyk T. , Segmentarny masa klasyczny - teoria i praktyka, Wydawnictwo BIO-STYL, Kraków 2007			
Prochowicz Z., Podstawy masa u leczniczego, Wydawnictwo lekarskie PZWL, Warszawa 2006			

Uzupełniaj ca

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

**Dane jako ciowe**

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej		nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>			
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		0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj		4	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu		9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.		5	
Inne		0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>		<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>			
<b>Liczba punktów ECTS</b>		2	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>		<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
		32	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym		L. godzin	ECTS
		35	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:	Instruktor przygotowania motorycznego				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Medycyna i traumatologia sportu				
Course / group of courses:	Medicine and Traumatology in Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169916	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	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr hab. Zbigniew Szyguła				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Zbigniew Szyguła				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo anatomii, biologii i fizjologii człowieka oraz pierwszej pomocy przedmedycznej.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 wie jak uzasadni znaczenie aktywno ci ruchowej w ka dym okresie ycia człowieka oraz w terapii i profilaktyce chorób cywilizacyjnych. Zna zagro enia dla zdrowia wynikaj ce z niedoboru lub nadmiaru aktywno ci ruchowej oraz przeciwwskazania do wysiłków fizycznych i wykonywania wicze fizycznych w niektórych schorzeniach i zaburzeniach statyki ciała.	WF2_W04	kolokwium
2	Zna metody diagnozowania i rozpoznawania stanów pourazowych i przeci eniowych wiczeniami fizycznymi, a tak e ich wpływ na organizm.	WF2_W08	kolokwium
3	Posiada wiedz na temat znaczenia odnowy biologicznej w profilaktyce zdrowotnej i w sporcie, a tak e na temat wspomagania mo liwo ci wysiłkowych oraz negatywnych efektów stosowania dopingu.	WF2_W12	kolokwium

4	Student posiada umiejętność zaplanowania aktywności ruchowej dla ludzi w różnym wieku i w różnym stanie zdrowia, potrafi zdefiniować przeciwwskazania do wysiłków fizycznych i wykonywania ćwiczeń fizycznych w niektórych schorzeniach i zaburzeniach statyki ciała	WF2_U17	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>			
(Wykłady, pokazy multimedialne, ćwiczenia praktyczne.)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Wymagana obecność na zajęciach, przygotowanie programu aktywności fizycznej dla wybranej osoby, egzamin końcowy.			
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>			
Zapoznanie studentów z najważniejszymi zagadnieniami medycyny sportowej i traumatologii sportowej. Omówienie wpływu niedoboru ruchu na zdrowie człowieka ? choroby cywilizacyjne, sposoby profilaktyki. Omówienie korzystnego i niekorzystnego wpływu wysiłku i treningu fizycznego na zdrowie człowieka.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Treści programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 1			
Forma zajęć : <b>wykład</b>			
Medyczne aspekty treningu zdrowotnego – podstawy jego planowania dla osób w różnym wieku - w profilaktyce i leczeniu chorób cywilizacyjnych. Odnowa biologiczna w sporcie i zasady jej programowania. Wspomaganie w sporcie oraz negatywne skutki stosowania dopingu oraz niektórych używek. Typowo sportowe uszkodzenia narządu ruchu – zasady postępowania po urazie oraz profilaktyki. Wczesne i odległe następstwa i powikłania w uszkodzeniach narządu ruchu. Stany przeciwnie w sporcie – profilaktyka. Profilaktyka urazów oraz stanów przeciwnych u dzieci i młodzieży.			15
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>			
Znaczenie aktywności fizycznej w poszczególnych okresach życia człowieka. Następstwa zdrowotne ograniczenia aktywności fizycznej. Znaczenie aktywności ruchowej w okresie rozwojowym oraz w prewencji pierwotnej i wtórnej chorób cywilizacyjnych. Organizacja opieki medycznej w sporcie. Zmiany adaptacyjne wywołane treningiem oraz aspekty medyczne treningu sportowego kobiet, dzieci i młodzieży oraz sportowców niepełnosprawnych. Odrębności w sporcie dzieci i młodzieży. Wskazania i przeciwwskazania do udziału w lekcjach wf oraz do uprawiania sportu i rekreacji w różnych grupach wiekowych i dyspenseryjnych.			15
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Dziak A., Rusin Z., Traumatologia sportowa, Biblioteka Trenera, Warszawa 2000			
Jegier A., Krawczyk J. , Wybrane zagadnienia medycyny sportowej , Wydawnictwa Lekarskie PZWL, Warszawa 2012			
Kusi Henryk , Trening zdrowotny osób dorosłych. Poradnik lekarza i trenera., Agencja Wydawnicza Medsportpress, Warszawa 2003			
Uzupełniająca			

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporządowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]

Udział w zajęciach	30	
Konsultacje z prowadzącym	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	3	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	33	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	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:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Metodologia bada naukowych				
Course / group of courses:	Scientific Research Methodology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169736	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		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr hab. Zbigniew Szyguła				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Zbigniew Szyguła				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	w pogł bionym stopniu zna poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna społeczno-kulturowe warto ci kultury fizycznej i zło one zale no ci mi dzy nimi	WF2_W01	kolokwium
2	zna programy komputerowe i testy statystyczne oraz metody obliczeniowe stosowane celem wymiernego wyra nia obserwacji poczynionych w praktyce sportowej, wychowawczej i korekcyjnej	WF2_W09	kolokwium
3	zna programy komputerowe i testy statystyczne oraz metody obliczeniowe stosowane celem wymiernego wyra nia obserwacji poczynionych w praktyce sportowej, wychowawczej i korekcyjnej	WF2_U03	wykonanie zadania



4	potrafi włą ciwie dobiera ró dła informacji, dokonywa korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych	WF2_U05	wykonanie zadania
5	potrafi interpretowa dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała, sprawnie ci fizycznej lub efektami treningu sportowego	WF2_U06	wykonanie zadania
6	potrafi uczestniczy w debacie, zaprezentowa ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le w sposób precyzyjny i merytoryczny, wykorzystuj c przy tym wiedz innych autorów oraz praw i teorii z zakresu kultury fizycznej, komunikowa si na tematy specjalistyczne z ró nymi kr gami odbiorców	WF2_U12	wykonanie zadania
7	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa

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

(Wykład, prezentacje multimedialne, praca w grupach, praca z artykułami naukowymi)

#### 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

Zaliczenia z ocen na podstawie redniej ocen z referatu i prezentacji ustnej

#### Tre ci programowe (opis skrócony)

Prezentowanie studentom podstawowych poj i terminologii dotycz cej organizacji i prowadzenia bada naukowych.

#### Content of the study programme (short version)

#### Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 2

Forma zaj : **wykład**

Zapoznanie z ró nymi typami pracy naukowej (badawcza pogl dowa, opis przypadku). Analiza tekstów ró dlowych, kryteria doboru ró deł. Zagadnienie etyki w pracy naukowej (oryginalno dzieła naukowego, plagiat, autoplgiat).

15

Forma zaj : **wiczenia audytoryjne**

Podstawowe poj cia z zakresu nauki. Zasada falsyfikowalno ci. Poj cie paradygmatu. Nauka oparta na dowodach. Zapoznanie studenta z zasadami prawidłowego przygotowania bada , włą ciwego doboru narz dzi badawczych, opracowania statystycznego i interpretacji wyników bada oraz wnioskowania.

15

#### Literatura

Podstawowa

Rabiej, M. , Statystyka z programem Statistic, Wydawnictwo Helion, Gliwice 2012

Zieli ski, J., Metodologia pracy naukowej, Oficyna Wydaw. ASPRA-JR, Warszawa 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 zajęciach	30	
Konsultacje z prowadzącym	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	5	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	8	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	32	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	5	0,2

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:	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-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169755	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	ZTI	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:

Umiej tno pracy w systemie Windows. Znajomo pakietów składaj cych si na pakiet MS Office lub Open 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	zna programy komputerowe i testy statystyczne oraz metody obliczeniowe stosowane celem wymiennego wyra nia obserwacji poczynionych w praktyce sportowej, wychowawczej i korekcyjnej	WF2_W09	wypowied ustna
2	potrafi adekwatnie dobrać , 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 działa pedagogicznych, dydaktycznych, wychowawczych i opieku czych	1.2.02	obserwacja wykonania zada
3	potrafi samodzielnie rozwija wiedz i umiej tno ci pedagogiczne z wykorzystaniem ró nych ródeł, w tym obcoj zycznych, i technologii	1.2.18	obserwacja wykonania zada
4	zna programy komputerowe i testy statystyczne oraz metody obliczeniowe stosowane celem wymiennego wyra nia obserwacji poczynionych w praktyce sportowej, wychowawczej i korekcyjnej	WF2_U03	wykonanie zadania

5	potrafi włą ciwie dobrać ró dła informacji, dokonywa korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych	WF2_U05	wykonanie zadania
6	jest gotów do promowania odpowiedzialnego i krytycznego wykorzystywania mediów cyfrowych oraz poszanowania praw własno ci intelektualnej	D.1/E.1.K04	obserwacja wykonania zada
7	jest gotów do kształtowania nawyku systematycznego uczenia si i korzystania z ró nych ró deł wiedzy, w tym z Internetu	D.1/E.1.K08	obserwacja wykonania zada

#### 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

##### wiedza:

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

##### umiej tno ci:

obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa włą ciwych dla danego zadania zawodowego)

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

##### kompetencje społeczne:

obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa włą ciwych dla danego zadania zawodowego)

#### Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen na podstawie pozytywnej oceny 60% wicze przesyłanych z wykorzystaniem poczty internetowej oraz zaliczenia kolokwium.

#### Tre ci programowe (opis skrócony)

Zaprojektowanie bazy ?szkoła? (tabele, zapytania, formularze, raporty). Wczytywanie danych ?zewn trznych?. Eksport tabel do plików MS Excel.

#### Content of the study programme (short version)

#### Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 2

#### Forma zaj : zaj cia z technologii informacyjnych

Wprowadzenie do relacyjnych baz danych. Przygotowanie projektu „szkoła”. Tabele: uczniowie, nauczyciele, klasy, oceny i szkoła (włą ciwo ci tabel). Dla wprowadzania danych przygotowanie formularza opisuj cego dane ucznia. Przykłady zapyta (kwerend) wybieraj cych i tworz cych tabele. Przygotowanie raportu „arkusz ocen”. Eksport tabeli do MS Excela, zbudowanie wykresu zło onego.

30

#### Literatura

Podstawowa

Danuta Mendrala, Marcin Szeliga, , Access 2013 PL, ISBN:978-83-246-7542-5

Strona firmowa pomocy technicznej: <https://support.office.com/pl-pl/access>

Uzupełniaj ca

#### Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>	
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

Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zaj	12	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	2	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	4	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	32	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,6

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 gimnastyki korekcyjnej				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Metodyka treningu prozdrowotnego				
Course / group of courses:	Methodology of Pro-Health Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169895	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak, 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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu wicze korekcyjnych, prozdrowotnych oraz metod kinezyterapeutycznych.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rol nauczyciela lub wychowawcy w modelowaniu postaw i zachowa uczniów	1.1.03	wypowied ustna
2	zna teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si , ma pogł bion wiedz na temat praw wyja niaj cych mechanizmy oddziaływania na ciało i psychik wychowanka w procesie edukacji i zna zastosowania praktyczne tej wiedzy w działalno ci zawodowej	WF2_W05	kolokwium
3	ma rozbudowan 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 i rozstrzygania fundamentalnych dylematów współczesnej cywilizacji w tym zakresie	WF2_W10	kolokwium

4	ma widzieć niezbędny do przygotowania programu zajęć gimnastyki korekcyjnej dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, zna wskazania i przeciwwskazania dotyczące rodzajów ćwiczeń i aktywności fizycznej dla poszczególnych rodzajów wad postawy, uwzględniając w swojej działalności zawodowej uwarunkowania i skutki tych działań	WF2_W17	kolokwium
5	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	obserwacja wykonania zadania
6	potrafi zaprojektować, zrealizować i w razie potrzeby zmodyfikować program aktywności fizycznej/prozdrowotnej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku	WF2_U02	wykonanie zadania
7	potrafi promować zdrowotne zachowania i wykorzysta je do zwalczania nierówności i wykluczenia społecznego	WF2_U09	wykonanie zadania
8	posiada umiejętność posługiwania się podstawowym sprzętem służącym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosować właściwe metody badawcze, potrafi ocenić podstawowe parametry opisujące ruch, np. zakres ruchu	WF2_U20	wykonanie zadania
9	uwzględniając zmieniające się potrzeby społeczne jest gotów do pełnienia roli zawodowej i realizowania zadań specjalisty gimnastyki korekcyjnej	WF2_K08	obserwacja zachowania

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

metody praktyczne (Zajęcia praktyczne z zakresu kinezyterapii wad postawy, metody terapeutyczne oparte na zabiegach manualnych, wykłady w formie pokazów multimedialnych oraz filmy z zakresu metodyki ćwiczeń korekcyjnych. Indywidualne prowadzenie ćwiczeń w wybranej jednostce chorobowej.)

#### Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

##### wiedza:

- ocena kolokwium (ocena kolokwium)
- ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej)

##### umiejętności:

- obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla danego zadania zawodowego)
- ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)

##### kompetencje społeczne:

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

#### Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen. Zaliczenie praktyczne i teoretyczne.

#### Treści programowe (opis skrócony)

Doskonalenie rocznego planu pracy nauczyciela gimnastyki korekcyjnej, opracowanie konspektów dla dzieci z poszczególnymi wadami postawy oraz wprowadzenie nowych metod ćwiczeń prozdrowotnych. Nowe techniki kinezyterapeutyczne oraz formy prowadzenia zajęć korekcyjnych opartych na indywidualnym podejściu do dziecka.

#### Content of the study programme (short version)

#### Treści programowe

	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
Formy prowadzenia zajęć z zakresu kinezyterapii wad postawy oparte na posturogenie, pracy strukturalnej z zastosowaniem Metody McKenziego i Koncepcji PNF, Teoria i Koncepcja Kinetic Control, Kinesiology Taping oraz Metody Stabilizacji Spiralnej.	15
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>	
Zasady przygotowania rocznego planu pracy nauczyciela gimnastyki korekcyjnej. Metody zaangażowania rodziców dzieci z wadami postawy w proces ich korekcji. Opracowanie testów oceniających postawy uczniów. Praca nad przygotowaniem konspektów – analiza przykładów. Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej. Metoda opowieści ruchowej – praca z dziećmi w wieku przedszkolnym. wiczenia	15

w obwodzie stacijnym. Wykorzystanie muzyki w korekcji wad postawy. wiczenia korekcyjne w wodzie. Elementy nowych technik i metod (ocena postawy ciała w pracy strukturalnej, techniki powięziowe) w korekcji wad postawy.	15
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

**Literatura**

Podstawowa

Grofiak Dorota, Metodyka stosowania ćwiczeń fizycznych w profilaktyce i terapii, AWF Katowice, Katowice 2009

Kasperczyk Tadeusz, Wady postawy ciała, diagnostyka i leczenie, Wyd. Kasper, Kraków 1996

Uzupełniająca

Wojtanowski Wiesław, Zastosowanie terapii manualnej w korekcji wad postawy., Wydawnictwo PWSZ, Tarnów 2009

**Dane jako ciowe**

Przyporządowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>		
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	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	8	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	3	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	6	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	33	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,6

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 :	Metodyka wychowania fizycznego				
Course / group of courses:	Methods of Teaching Physical Education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169721	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	1, 2, 3		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
2	3	P	30	Egzamin	2
<b>Razem</b>			<b>90</b>		<b>6</b>
Koordynator:	dr hab. Eligiusz Madejski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Eligiusz Madejski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Posiadanie wiedzy i umiej tno ci zgodnie z obowi zuj cym programem i kierunkiem studiów licencjackich - pierwszego stopnia.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 usytuowanie dydaktyki w zakresie pedagogiki, a tak e przedmiot i zadania współczesnej dydaktyki oraz relacj dydaktyki ogólnej do dydaktyk szczegółowych	C.W01	kolokwium
2	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, statusu społecznego lub materialnego	C.W02	kolokwium

3	zna i rozumie współczesne koncepcje nauczania i cele kształcenia - różdła, sposoby ich formułowania oraz ich rodzaje zasady dydaktyki, metody nauczania, tre ci nauczania i organizacj procesu kształcenia oraz pracy uczniów	C.W03	kolokwium
4	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
5	zna i rozumie konieczno projektowania działa edukacyjnych dostosowanych do zró nicowanych potrzeb i mo liwo ci uczniów, w szczegolno 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
6	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 działałno ci szkoły oraz edukacyjn warto dodan	C.W06	kolokwium
7	zna i rozumie miejsce danego przedmiotu lub rodzaju zaj w ramowych planach nauczania na poszczególnych etapach edukacyjnych	D.1/E.1.W01	kolokwium
8	zna i rozumie podstaw programow danego przedmiotu, cele kształcenia i tre ci nauczania przedmiotu lub prowadzonych zaj na poszczególnych etapach edukacyjnych, przedmiot lub rodzaj zaj w kontek cie wcze niejszego 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
9	zna i rozumie integracj wewn trz- i mi dzyprzedmiotow zagadnienia zwi zane z programem nauczania - tworzenie i modyfikacj , analiz , ocen , dobór i zatwierdzanie oraz zasady projektowania procesu kształcenia oraz rozkładu materiału	D.1/E.1.W03	kolokwium
10	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
11	zna i rozumie metodyk realizacji poszczególnych tre ci kształcenia w obr bie przedmiotu lub zaj - rozwi zania merytoryczne i metodyczne, dobre praktyki, dostosowanie oddziaływa do potrzeb i mo liwo ci uczniów lub grup uczniowskich o ró nym potencjale i stylu uczenia si , typowe dla przedmiotu lub rodzaju zaj b dy uczniowskie, ich rol i sposoby wykorzystania w procesie dydaktycznym	D.1/E.1.W06	kolokwium
12	zna i rozumie rol diagnozy, kontroli i oceniania w pracy dydaktycznej ocenianie i jego rodzaje: ocenianie bie ce, semestralne i roczne, ocenianie wewn trzne i zewn trzne funkcje oceny	D.1/E.1.W10	kolokwium
13	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
14	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 zywanie 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

15	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
16	zna teorie dotyczące wychowania, nauczania i uczenia się, ma pogłębioną wiedzę na temat praw wyjątkowych mechanizmy oddziaływania na ciało i psychikę wychowanka w procesie wychowania fizycznego i zna zastosowania praktyczne tej wiedzy w działalności pedagogicznej;	WF2_W05	kolokwium
17	ma rozbudowaną wiedzę z zakresu profilaktyki urazów sportowych, rozumie potrzeby i specyfikę prowadzenia ćwiczeń ruchowych z osobami sprawnymi, wybitnie sprawnymi oraz niepełnosprawnymi w grupie młodzieży i dorosłych	WF2_W08	kolokwium
18	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
19	potrafi odpowiedzialnie organizować pracę szkolną oraz pozaszkolną ucznia, z poszanowaniem jego prawa do odpoczynku	1.2.13	wykonanie zadania
20	potrafi skutecznie realizować działania wspomagające uczniów w wiadomym i odpowiedzialnym podejmowaniu decyzji edukacyjnych i zawodowych	1.2.14	wykonanie zadania
21	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
22	potrafi przeanalizować rozkład materiału	D.1/E.1.U02	wykonanie zadania
23	potrafi identyfikować powiązania treści nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć z innymi treściami nauczania	D.1/E.1.U03	wykonanie zadania
24	posiada umiejętność pisemnego przedstawienia programu zamierzonych działań oraz dokumentowania wyników pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji oświatowych, wykorzystując posiadaną wiedzę;	WF2_U03	wykonanie zadania
25	posiada umiejętność identyfikowania potencjału motorycznego, formułowania i rozwiązywania problemów typowych dla działalności nauczycielskiej, komunikowania się z osobami w każdym wieku w celu nauczania sekwencji ruchowych, ich doskonalenia i poprawiania błędów, formułując i testując w ten sposób hipotezy związane z prostymi problemami wdrożeń w zakresie ruchu;	WF2_U10	wykonanie zadania
26	przekazuje młodym zawodnikom zasad szlachetnej rywalizacji, zwalczania dopingów we wszystkich postaciach, oraz zasad równości szans w sporcie przestrzegając i wdrażając w ten sposób zasady etyki zawodowej	WF2_K06	obserwacja zachowa
27	uwzględniając zmieniające się potrzeby społeczne jest gotów do pełnienia roli zawodowej i realizowania zadań specjalisty gimnastyki korekcyjnej	WF2_K07	obserwacja zachowa

**Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)**

(Wykłady, praca w grupach, prezentacje multimedialne, praca z podręcznikiem, dyskusja)

**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**

Frekwencja, przygotowanie do zajęć, pozytywne zaliczenie wyznaczonych prac, pozytywne zaliczenie sprawdzianów pisemnych w poszczególnych semestrach - 1, 2, 3. Egzamin ustny po semestrze 3.

Treści programowe (opis skrócony)	
Pogłębienie i doskonalenie wiadomości oraz umiejętności planowania, dokumentowania i oceny pracy w nowoczesnym wychowaniu fizycznym na różnych poziomach kształcenia.	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
Wychowanie fizyczne w Polsce na tle krajów europejskich. Opinie i oczekiwania uczniów szkół europejskich wobec wychowania fizycznego. Wymagania na stopie nauczyciela dyplomowanego i profesora o wiaty. Planowanie pracy w rozwoju zawodowym nauczyciela. Dokumentowanie i ocena pracy w rozwoju zawodowym. Planowanie pracy i organizacja zajęć z wychowania fizycznego w szkołach ponadpodstawowych. Kwalifikacje i kompetencje współczesnego nauczyciela wychowania fizycznego. Nowatorstwo pedagogiczne w wychowaniu fizycznym. Praca innowacyjno badawcza nauczyciela wychowania fizycznego. Specyfika pracy z uwzględnieniem prawideł rozwoju ontogenetycznego w szkołach ponadpodstawowych i wyszczególnienie. Badanie jakości pracy szkoły w zakresie kultury fizycznej. Badanie jakości pracy nauczyciela wf.	15
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>	
Reformowanie edukacji fizycznej na różnych poziomach kształcenia. Analiza podstaw programowych i programów dla szkół ponadpodstawowych. Zasady konstruowania i oceny programów autorskich - praca w grupach. Zasady konstruowania planu wychowania fizycznego dla klasy i wynikowego w szkołach ponadpodstawowych - praca w grupach. Zasady konstruowania planu rozwoju zawodowego na stopie nauczyciela dyplomowanego - praca w grupach.	15
Semestr: 2	
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>	
Istota i rozumienie nowoczesności w szkolnym wychowaniu fizycznym. Wykorzystanie technologii informatycznej w procesie wychowania fizycznego - przykłady praktycznych rozwiązań. Różne aspekty realizacji lekcji wychowania fizycznego. Toki niekonwencjonalnych lekcji wf w szkołach ponadpodstawowych - przykłady praktycznych rozwiązań. Konstruowanie lekcji w formie obwodu stacyjnego - praca w grupach. Konstruowanie lekcji w formie torów przeszkód - praca w grupach. Konstruowanie lekcji w terenie - praca w grupach. Konstruowanie lekcji aerobiku - praca w grupach. Konstruowanie lekcji sztuk walki - praca w grupach. Kompetencje uczniów w szkołach ponadpodstawowych i ich ocena. Konstruowanie kryteriów oceny ucznia z wychowania fizycznego w szkołach ponadpodstawowych - praca w grupach.	30
Semestr: 3	
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>	
Czynniki determinujące aktywność fizyczną człowieka - raporty z badań. Rodziskowe uwarunkowania aktywności fizycznej. Rola rodziny w rozwoju człowieka i jego aktywności fizycznej. Zadania szkoły w procesie przygotowania uczniów do uczestnictwa w kulturze fizycznej. Współpraca środowiska szkolnego i rodzinnego w zakresie edukacji fizycznej - przykłady praktycznych rozwiązań. Charakterystyka wybranych nietypowych form aktywności fizycznej dla różnych grup wiekowych - prezentacje multimedialne w grupach. Wpływ aktywności fizycznej na rozwój i funkcjonowanie człowieka w poszczególnych okresach rozwoju ontogenetycznego. Skutki braku aktywności fizycznej.	30
Literatura	
Podstawowa	
Acman J., Ryll R., Awans zawodowy nauczyciela, Wydawnictwo Szkolne PWN, Warszawa-Łódź 2005	
Denek K., Edukacja pozalekcyjna i pozaszkolna, Wydawnictwo WSP i A, Poznań 2009	
Kosiba G., Doskonalenie i rozwój zawodowy nauczycieli wychowania fizycznego, Studia i Monografie AWF, Kraków 2009	
Madejski E., Węglarz J., Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego. Podręcznik dla nauczycieli i	

studentów, Oficyna Wydawnicza Impuls,, Kraków 2018

Pospiech J., Jako europejskiego wychowania fizycznego w wietle bada , Wydawnictwo PWSZ, Racibórz 2006

Uzupełniaj ca

#### Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
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	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	25	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	7	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>150</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>6</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	93	3,7
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	115	4,6

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 przygotowania motorycznego				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Motoryka w sporcie				
Course / group of courses:	Motor Skills in Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169922	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	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowa wiedza z zakresu poszczególnych dyscyplin sportu oraz antropomotoryki oraz teorii sportu			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 reguły, prawidłowoci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych	WF2_W12	kolokwium
2	potrąfi interpretowa dane liczbowe b d ce wynikami lub efektami treningu sportowego	WF2_U06	wykonanie zadania
3	potrąfi przygotowa plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu zrealizowa go w praktyce	WF2_U16	wykonanie zadania
4	uwzgl dniaj c zmieniaj ce si potrzeby społeczne jest gotów do pełnienia roli zawodowej i realizowania zada trenera	WF2_K06	obserwacja zachowa
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			

(Wykład, dyskusja, prezentacja multimedialna, praca indywidualna, praca dwójkowa)	
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)	
<b>kompetencje społeczne:</b> obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)	
<b>Warunki zaliczenia</b>	
Frekwencja, zaliczenia częściowe z kolokwium ocenianych poziom wiedzy	
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>	
Podstawy kształtowania siły fizycznej w sporcie. Programowanie efektywnych sesji treningu siłowego. Plyometria i szybkość w sporcie. Wydolność fizyczna i jej rola w sporcie. Perodyzacja treningu motorycznego. Analiza wymagań motorycznych poszczególnych dyscyplin sportowych.	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<b>Treści programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 4	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
Rozwijanie i doskonalenie szybkości. Rola rozgrzewki i związanie z nią rozwijania gibkości. Rozwijanie wydolności fizycznej i wkomponowanie jej w trening techniki i taktyki w grach zespołowych. Planowanie i perodyzacja treningu motorycznego. Trening motoryczny dzieci i młodzieży.	15
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>	
Charakterystyka wymagań motorycznych w wybranych dyscyplinach sportowych.	15
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Chmura J., Rozgrzewka: podstawy fizjologiczne i zastosowanie praktyczne., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014	
Ronikier A., Fizjologia sportu, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 2001	
Sozański H., Podstawy teorii treningu sportowego., Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 1999	
Trzaskoma Z., Trzaskoma Ł., Kompleksowe związanie siły mięśniowej sportowców, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 2001	
Wilczewski A., Chaliburda I., Saczuk J., Antropomotoryka : przewodnik do wiczeń , Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2011	
Uzupełniająca	

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>	
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	0
Przygotowanie do laboratorium, wiczeń, zajęć	3
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10

Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>32</b>	<b>1,3</b>
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	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:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Naukowe podstawy treningu				
Course / group of courses:	Scientific Basics of Training				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169750	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		4	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4		15	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>3</b>
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawy anatomii, antropologii, biochemii, fizjologii, psychologii ogólnej i rozwojowej			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka, zna w stopniu pogł bionym fizjologi wysiłku fizycznego	WF2_W04	kolokwium
2	zna teorie dotycz ce nauczania i uczenia si , ma pogł bion wiedz na temat praw wyja niaj cych mechanizmy oddziaływania na ciało i psychik wychowanka w procesie treningu sportowego i zna zastosowania praktyczne tej wiedzy w działalnoci zawodowej	WF2_W05	obserwacja zachowa
3	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych,	WF2_W14	kolokwium
4	potrafi monitorowa post py uczniów, ich aktywno i uczestnictwo w yciu społecznym szkoły	1.2.11	wykonanie zadania

5	potrafi zaprojektować, zrealizować i w razie potrzeby zmodyfikować program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku	WF2_U02	wykonanie zadania
6	potrafi przygotować plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu zrealizować go w praktyce	WF2_U16	wykonanie zadania
7	umie oceniać prawidłowo doboru obciążeń treningowych oraz dobrać rodzaje i metody pracy szkoleniowej w zależności od sprawności fizycznej, wieku osób, wiczyń oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikować przeciwwskazania do sportu oraz błędy i zaniedbania i potrafi je korygować w praktyce	WF2_U17	wykonanie zadania
8	jest gotów do adaptowania metod pracy do potrzeb i różnych stylów uczenia się uczniów	D.1/E.1.K01	obserwacja zachowa
9	jest gotów do zachęcania uczniów do podejmowania prób badawczych oraz systematycznej aktywności fizycznej	D.1/E.1.K03, D.1/E.1.K05	obserwacja zachowa
10	jest gotów do kształtowania umiejętności współpracy uczniów, w tym grupowego rozwiązywania problemów	D.1/E.1.K05	obserwacja zachowa
11	uwzględniając zmieniające się potrzeby społeczne jest gotów do pełnienia roli zawodowej i realizowania zadań trenera	WF2_K05	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady i prezentacje multimedialne. wiczenia angażujące pracę własną studenta.)

#### Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

##### wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

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

##### 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

Kolokwium sprawdzające oraz aktywna frekwencja na zajęciach. Egzamin.

#### Treści programowe (opis skrócony)

Kompleksowe przygotowanie zawodnika do startu z wykorzystaniem podstaw naukowych. Przygotowanie motoryczne w oparciu o fizjologię wysiłku, przygotowanie techniczne w oparciu o biomechanikę sportu, przygotowanie psychologiczne.

#### Content of the study programme (short version)

#### Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 4

Forma zajęć: **wykład**

Przygotowanie sprawnościowe w sporcie wyczynowym. Rodzaje siły mięśniowej i jej znaczenie w poszczególnych dyscyplinach sportu. Metody rozwijania siły mięśniowej niezbędnej do poszczególnych konkurencji. Siła, moc i lokalna wytrzymałość siłowa. Moc a skoczność (różnica między mocą mięśni a skocznością). Znaczenie i istota wiczyń plyometrycznych oraz balistycznych. Wytrzymałość aerobowa i anaerobowa sportowca. Specyficzne i niespecyficzne metody treningu wytrzymałości.

15

Forma zajęć: **wiczenia audytoryjne**

Przygotowanie sprawnościowe w sporcie wyczynowym. Rodzaje siły mięśniowej i jej znaczenie w poszczególnych dyscyplinach sportu. Metody rozwijania siły mięśniowej niezbędnej do poszczególnych konkurencji. Siła, moc i lokalna wytrzymałość siłowa. Moc a skoczność (różnica między mocą mięśni a skocznością). Znaczenie i istota wiczyń plyometrycznych oraz balistycznych. Wytrzymałość aerobowa i anaerobowa sportowca. Specyficzne i niespecyficzne metody treningu wytrzymałości.

15

<b>Literatura</b>
Podstawowa
Bompa T., Przygotowanie sprawno ciowe w zespołowych grach sportowych, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki, Katowice 2013
Ronikier A., Fizjologia sportu, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 2001
Soza ski H. , Podstawy teorii treningu sportowego, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 1999
Trzaskoma Z., Trzaskoma Ł., Kompleksowe zwi kszanie siły mi niowej sportowców, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 2001
Uzupełniaj ca

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	<b>30</b>	
Konsultacje z prowadz cym	<b>2</b>	
Udział w egzaminie	<b>1</b>	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>12</b>	
Przygotowanie do kolokwii i egzaminu	<b>18</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>12</b>	
Inne	<b>0</b>	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>75</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>33</b>	<b>1,3</b>
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	0,8

**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 .**

# SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

## Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Nowoczesne formy ruchu				
Course / group of courses:	Modern Forms of Movement				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169741	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>1</b>
Koordinator:	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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
koordynacja ruchowa			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	wypowied ustna
2	potrafi rozwija kreatywno i umiej tno samodzielnego, krytycznego my lenia uczniów	1.2.08	wykonanie zadania
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w poszczególnych dyscyplinach	WF2_U01	wykonanie zadania
4	umie wykorzysta muzyk do zaj ruchowych, w tym w nowoczesnych formach ruchu, potrafi nauczy podstawowych kroków wybranych ta ców narodowych i towarzyskich	WF2_U08	wykonanie zadania

5	posiada umiejętność identyfikowania potencjału motorycznego, formułowania i rozwiązywania problemu typowego dla działalności zawodowej, komunikowania się z osobami w każdym wieku w celu nauczania sekwencji ruchowych, ich doskonalenia i poprawiania błędów, formułuje i testuje w ten sposób hipotezy związane z prostymi problemami wdrożeniami w zakresie ruchu	WF2_U10	wykonanie zadania
6	posiada umiejętność działania podstawowych dyscyplin sportu na poziomie sportu młodzieżowego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich odpowiedzialność	WF2_U11	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>			
(zajęcia praktyczne na sali fitness, wykład informacyjny, nauczanie problemowe, dyskusja dydaktyczna, pokaz ćwiczeń, prezentacje multimedialne)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>			
<b>wiedza:</b> ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);			
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
zaliczenie z ocen (praktyczne)			
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>			
Zapoznanie z technikami ćwiczeń siłowych z możliwością wykorzystania ich w sposób bezpieczny w ramach autousprawniania oraz w procesie szkolnego wychowania fizycznego. Zapoznanie ze środkami gimnastycznymi realizowanymi poprzez ćwiczenia aerobowe z elementami tańca przy muzyce w celu kształtowania sprawności fizycznej. Umocowienie zdobycia wiedzy na temat kształcenia sprawności fizycznej, ze szczególnym wskazaniem na wytrzymałość, za pomocą różnorodnych form fitness. Zapoznanie z technikami wykonywania ćwiczeń w wodzie z uwzględnieniem aqua fitness i elementów pływania.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Treści programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zajęć: <b>wiczenia praktyczne</b>			
<p>Kształtowanie siły mięśniowej wśród osób początkujących, metodyka nauczania oraz technika wykonywania ćwiczeń angażujących poszczególne grupy mięśniowe</p> <p>Kształtowanie wytrzymałości siłowej. Charakterystyka metody obwodowej oraz H.I.T. Metody mieszane treningu siły mięśniowej.</p> <p>Trening aerobowy w ćwiczeniach siłowych</p> <p>Metodyka prowadzenia zajęć w wodzie: podstawowe kroki i ćwiczenia w aqua-aerobiku, zasady bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie, tok lekcji dla różnych rodzajów zajęć w wodzie, dobór muzyki do różnych typów zajęć aquafitness</p> <p>Basic Step aerobik i jego odmiany, Pilates, ćwiczenia z oporem własnego ciała, ćwiczenia z przyborami, BOSU, wariacje i kombinacje kroków bazowych i zaawansowanych w ćwiczeniach wzmacniających, obwody stacyjne (wzmacniające, wytrzymałościowe, rozciągające)</p> <p>Podstawowe zasady tworzenia choreografii oraz jej zapisu</p> <p>Nordic Walking - nauka kroku podstawowego stosowanego w NW, nauka kroku klasycznego stosowanego w NW, nauka prowadzenia rozgrzewki Nordic Walking – różne warianty miejsca i terenu do prowadzenia zajęć Nordic Walking.</p>			15
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Burger D., Nordic Walking sposób na zdrowie i kondycję, Bauer-Weltbild Media Sp.z o.o, Warszawa 2007			
Dorota Groffik, Aqua fitness, AWF, Katowice 2012			
Jessica Mentrup, Gimnastyka i taniec, Toruń 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		2	
Udział w egzaminie		0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne		0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj		3	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu		3	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.		2	
Inne		0	
Sumaryczne obci enie prac studenta		25	
Liczba punktów ECTS			
Liczba punktów ECTS		1	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego		L. godzin	ECTS
		17	0,7
Zaj cia o charakterze praktycznym		L. godzin	ECTS
		18	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-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169752	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	T	75	Zaliczenie z ocen	6
<b>Razem</b>			<b>75</b>		<b>6</b>
Koordinator:	mgr Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek, mgr Przemysław Markowicz, dr Mariusz Pociecha				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Zaliczone kursy kajakarstwa ze studiów I stopnia oraz uzyskane efekty ksztalcenia na pierwszym stopniu studiów			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	w pogł bionym stopniu zna poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna społeczno-kulturow warto kultury fizycznej i zło one zale no ci mi dzy nimi	WF2_W01	kolokwium
3	ma uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium
4	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu	WF2_U01	wykonanie zadania

4	prawidłowej techniki w poszczególnych dyscyplinach	WF2_U01	wykonanie zadania
5	potrafi zaprojektować, zrealizować i w razie potrzeby zmodyfikować program aktywności fizycznej/prozdrowotnej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku	WF2_U02	wykonanie zadania
6	posiada umiejętność identyfikowania potencjału motorycznego, formułowania i rozwiązywania problemu typowego dla działalności zawodowej, komunikowania się z osobami w każdym wieku w celu nauczania sekwencji ruchowych, ich doskonalenia i poprawiania błędów, formułując i testując w ten sposób hipotezy związane z prostymi problemami wdrożeniami w zakresie ruchu	WF2_U10	wykonanie zadania
7	posiada umiejętność działania podstawowych dyscyplin sportu na poziomie sportu młodzieżowego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich właściwą rolę	WF2_U11	wykonanie zadania
8	docenia znaczenie profesjonalizmu w kulturze fizycznej, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów wypełniając w ten sposób zobowiązania społeczne	WF2_K02	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Zajęcia praktyczne realizowane zgodnie ze specyfiką poszczególnych przedmiotów:  
 opis, instrukcja, pokaz, wyczerpania praktyczne;  
 prezentacja multimedialna;  
 metody: zabawowa, syntetyczna;  
 praca indywidualna i w grupie)

#### Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

##### wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

##### umiejętności:

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

##### kompetencje społeczne:

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

#### Warunki zaliczenia

Pełna frekwencja na zajęciach lub regulaminowe usprawiedliwienie nieobecności.  
 Zaliczenie praktyczne prowadzenia zajęć z zakresu nauczania i doskonalenia techniki kajakarskiej, sprawdzian wiadomości w formie pisemnej.  
 Uzyskanie pozytywnej oceny ze sprawdzianów praktycznych z wszystkich przedmiotów realizowanych na obozie tj. atletyka terenowa, kajakarstwo, pływanie, wioślarstwo deskowe, gry i zabawy w terenie.  
 Uzyskanie pozytywnej oceny ze sprawdzianu teoretycznego obejmującego wyżej wymienione przedmioty.  
 Wypełnianie regulaminu obozu, regulaminu obozowego, na którym obóz się odbywa i stosowanie się do zarządzeń kierownika obozu.

#### Treści programowe (opis skrócony)

Teoretyczne podstawy wybranych dziedzin aktywności lub dyscyplin sportowych umożliwiających do realizacji jedynie poza murami szkoły: wioślarstwo deskowe, pływanie na wodach otwartych z elementami ratownictwa, kajakarstwo, atletyka terenowa, gry i wyczerpania terenowe.  
 Teoria i metodyka nauczania oraz doskonalenia techniki kajakarskiej. Teoretyczne podstawy kajakarstwa rekreacyjnego.

#### Content of the study programme (short version)

#### Treści programowe

	Liczba godzin
--	---------------

Semestr: 3

Forma zajęć: **wyczerpania terenowe na obozach programowych**

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metodyka nauczania podstawowych elementów i ewolucji kajakarskich (wsiadanie do i wysiadanie z kajaka w różnych warunkach akwenu)</li> <li>2. Metodyka nauczania podstawowych formacji porzdkowych na wodzie (tratwa, rozeta etc.)</li> <li>3. Metodyka nauczania elementów technicznych w formie zabawowej na wodzie, sztafety, wyścigi rzędów.</li> <li>4. Metodyka nauczania wiosłowania w dwójkach w różnych pozycjach w kajaku.</li> <li>5. Organizacja festynu kajakarskiego</li> <li>6. Zachowania i akcje ratownicze z użyciem kajaka (ratowanie tonącego, holowanie, asekuracja etc.)</li> </ol> <p>Praktyczna nauka i doskonalenie wybranych elementów podstawowych podanych wyżej dziedzin aktywności fizycznej. Nauczanie startu i zwrotów na desce z aplem, nauczanie wioślowania po kursie ostrym i odpadającym. Nauczanie holowania, posługiwania się kołem ratunkowym i rzutkiem,</p>	75
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----



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 . Marszobiegi w terenie z wykorzystaniem przeszkód terenowych, wykorzystywanie cie ki zdrowia. Nauczanie posługiwania si busol i map , orientacji w terenie, zasad organizacji biwaku. Organizowanie zwiadów, tropienia oraz patroli terenowych. Nauczanie zasad organizacji wycieczki szkolnej w góry oraz prowadzenia grupy turystycznej szlakami turystycznymi.	75
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

<b>Literatura</b>
Podstawowa
Berne I., Zaj cia w terenie., WSiP, Warszawa 1984
Cholewa J., Wybrane elementy turystyki kajakowej, AWF, Kraków 2004
Hakke C., Nonas N., Wycieczki i zaj cia terenowe, WSiP, Warszawa 1986
Ostrowski Andrzej, , Wodne Sporty Rekreacyjne, AWF, Kraków 1992
Rynkiewicz T., Kajakarstwo klasyczne, AWF, Pozna 2009
Waade Barbara, Pływanie sportowe i ratunkowe, AWF, Gda sk 2005
Wirga Z , Windsurfing dla wszystkich, Almapress , Warszawa 2001
Uzupełniaj ca

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
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	10	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	18	
Inne	2	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>150</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>6</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	85	3,4
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 :	Obóz zimowy				
Course / group of courses:	Winter Training Camp				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169753	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	6	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	T	75	Zaliczenie z ocen	6
<b>Razem</b>			<b>75</b>		<b>6</b>
Koordynator:	dr Mariusz Pocięcha				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek, mgr Przemysław Markowicz, dr Mariusz Pocięcha				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Przeci tny poziom sprawno ci fizycznej			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	ma uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w poszczególnych dyscyplinach	WF2_U01	wykonanie zadania
4	posiada umiej tno identyfikowania potencjału motorycznego, formułowania i rozwi zywania problemu typowego dla działalno ci zawodowej, komunikowania si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania sekwencji ruchowych, ich doskonalenia i poprawiania	WF2_U10	wykonanie zadania

4	bł dów, formułuj c i testuj c w ten sposób hipotezy zwi zane z prostymi problemami wdro eniowymi w zakresie ruchu	WF2_U10	wykonanie zadania
5	posiada umiej tno s dziovania podstawowych dyscyplin sportu na poziomie sportu młodzie owego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol	WF2_U11	wykonanie zadania
6	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa
7	docenia znaczenie profesjonalizmu w kulturze fizycznej, zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów wypełniaj c w ten sposób zobowi zania społeczne	WF2_K02	obserwacja zachowa
8	jest gotów anga owa uczniów do wspólnego inicjowania i prze ywania wydarze sportowych, przewodzi grupie i ponosi za ni odpowiedzialno , orientuje si na bie co w wydarzeniach zwi zanych ze sportem i kultur fizyczn realizuj c w ten sposób działania na rzecz interesu społecznego, my li i działa w sposób przedsi biorczy	WF2_K04	obserwacja zachowa

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

(prezentacja multimedialna; omówienie, instrukta , pokaz; metody: zabawowa, zadaniowa, bezpo redniej celowo ci ruchu, 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  
Pełna frekwencja na zaj ciach lub regulaminowe usprawiedliwienie nieobecno ci.  
Wypełnianie regulaminu obozu, regulaminu o rodka, na którym obóz si odbywa i stosowanie si do zarz dze kierownika obozu.

#### Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria i metodyka doskonalenia techniki narciarstwa zjazdowego. Teoretyczne i praktyczne aspekty narciarstwa alpejskiego.

#### Content of the study programme (short version)

#### Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 3

Forma zaj : **wiczenia terenowe na obozach programowych**

1. Organizacja i realizacja obozów rekreacyjno-sportowych - 5h
2. Zasady doboru sprz tu i ekwipunku narciarskiego - 2h.
3. Podstawy teoretyczne techniki jazdy na nartach zjazdowych - 2h.
4. Dekalog narciarski - 2h.
5. Nauczanie podstawowych elementów techniki narciarstwa zjazdowego (upadanie i podnoszenie się, zwroty, podchodzenie, pozycje zjazdowe, zjazd w linii i w skos stoku, ze lizgi, pług, jazda wyci giem, skr ty płu ne) - 7h.
6. Historia narciarstwa - 2h
7. Nauczanie i doskonalenie skr tów z półpługu i podstawowych skr tów równoległych - 7h.
8. Nauczanie i doskonalenie skr tu równoległego NW - 7h.
9. Metodyka nauczania elementów i ewolucji narciarskich - 2h.
10. Warunki niegowe i ekologia oraz rodowisko naturalne - 2h
11. Nauczanie i doskonalenie migu - 7h.
12. Jazda terenowa w ró nych warunkach niegowiska - 14h.
13. Narciarski Regulamin sportowy - 2h.

75

14. Obsługa, konserwacja i drobne naprawy sprzętu narciarskiego - 5h	75
15. Zaliczenie praktyczne - 7h.	
16. Zaliczenie teoretyczne - 2h.	
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Marasek A., Bezpieczeństwo w górach - Ratownictwo., SITN- PZN, Kraków 2002	
Stawarz P. (red.), Program nauczania narciarstwa zjazdowego, SITN-PZN, Kraków 2018	
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	75	
Konsultacje z prowadzącym	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	20	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	25	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	18	
Inne	10	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>150</b>	
Liczba punktów ECTS		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>6</b>	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	77	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:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Organizacja w sporcie				
Course / group of courses:	Organisation in Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169746	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3		15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>1</b>
Koordynator:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowa znajomo wyniesiona ze studiów licencjackich w zakresie struktur organizacyjnych sportu polskiego			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 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 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,	B.2.W01	kolokwium

4	alternatywne formy edukacji, zagadnienie prawa wewn trzszkolnego, podstaw programow w kontek cie programu nauczania oraz dzialania wychowawczo-profilaktyczne, tematyk oceny jako ci dzialalno ci szkoly lub placowki systemu o wiaty	B.2.W01	kolokwium
5	zna i rozumie rol nauczyciela i koncepcje pracy nauczyciela: etyk zawodow zki nauczyciela, nauczycielsk pragmatyk zawodow - prawa i obowi zki nauczycieli, zasady odpowiedzialno ci prawnej opiekuna, nauczyciela, wychowawcy i za bezpiecze stwo oraz ochron zdrowia uczniow, tematyk oceny jako ci pracy nauczyciela, zasady projektowania cie ki wlasnego 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
6	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
7	zna i rozumie sposoby organizowania przestrzeni klasy szkolnej, z uwzgl dnieniem zasad projektowania uniwersalnego: rodki dydaktyczne (podr czniki i pakiety edukacyjne), pomoce dydaktyczne - dobór i wykorzystanie zasobow edukacyjnych, w tym elektronicznych i obcoj zycznych, edukacyjne zastosowania mediow i technologii informacyjno-komunikacyjnej my lenie komputacyjne w rozwi zywaniu problemow w zakresie nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj potrzeb wyszukiwania, adaptacji i tworzenia elektronicznych zasobow edukacyjnych i projektowania multimediow	D.1/E.1.W08	kolokwium
8	zna i rozumie metody ksztalcenia w odniesieniu do nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj , a tak e znaczenie ksztaltowania postawy odpowiedzialnego i krytycznego wykorzystywania mediow cyfrowych oraz poszanowania praw wlasno ci intelektualnej	D.1/E.1.W09	kolokwium
9	zna i rozumie warsztat pracy nauczyciela wla ciwe wykorzystanie czasu lekcji przez ucznia i nauczyciela zagadnienia zwi zane ze sprawdzaniem i ocenianiem jako ci ksztalcenia oraz jej ewaluacj , a tak e z konieczno ci analizy i oceny wlasnej pracy dydaktyczno-wychowawczej	D.1/E.1.W14	kolokwium
10	zna i rozumie potrzeb ksztaltowania u ucznia pozytywnego stosunku do nauki, rozwijania ciekawo ci, aktywno ci i samodzielno ci poznawczej, logicznego i krytycznego my lenia, ksztaltowania motywacji do uczenia si danego przedmiotu i nawykow systematycznego uczenia si , korzystania z ró nych ródel wiedzy, w tym z Internetu, oraz przygotowania ucznia do uczenia si przez cale ycie przez stymulowanie go do samodzielnej pracy	D.1/E.1.W15	kolokwium
11	ma poszerzon wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu czlowieka, rozumie 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	WF2_W07	kolokwium
12	zna i rozumie prawne, ekonomiczne, etyczne uwarunkowania dzialalno ci zawodowej zwi zanej ze szkolnictwem, sportem i kultur fizyczn , w tym zasady higieny i bezpiecze stwa pracy, zasady ochrony praw autorskich i wlasno ci przemyslowej oraz podstawowe zasady przedsi biorczo ci w dzialalno ci zawodowej	WF2_W11	kolokwium
13	potrafi organizowa i zarz dza imprez sportow w oparciu obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespolowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF2_U18	wykonanie zadania

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

(Aktywno na wiczeniach, podejmowanie konkretnych tematow w formie wypowiedzi, referatow.)

**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)

**Warunki zaliczenia**

Frekwencja i aktywno na wiczeniach, pozytywne oceny z dwóch kolokwiow w trakcie semestru.

Treści programowe (opis skrócony)	
Prawno-organizacyjne postawy działalności w zakresie kultury fizycznej w współczesnej Polsce.	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 3	
Forma zajęć : <b>wiczenia audytoryjne</b>	
Konstytucyjne podstawy kultury fizycznej . Ustawa o sporcie z 25 czerwca 2010 r. i jej znaczenie. Wychowanie fizyczne i współzawodnictwo sportowe: 1) uczniów, 2) studentów, 3) pozostałej populacji i jego uwarunkowania prawne. Podstawowe formy organizacyjne kultury fizycznej w Polsce (kluby sportowe, polskie związki sportowe, inne stowarzyszenia kultury fizycznej). Specyficzne formy organizacyjne szkolnej kultury fizycznej. Zarządzanie kulturą fizyczną na szczeblu centralnym (rządowym) i lokalnym (samorządowym). Zapobieganie i zwalczanie dopingu w sporcie.	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 Andrzej, 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	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	3	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	3	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	2	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>25</b>	
Liczba punktów ECTS		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>1</b>	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	17	0,7
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 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 :	Organizacja w turystyce i rekreacji				
Course / group of courses:	Organisation in Tourism and Recreation				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169747	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	2	Semestr:	3		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3		15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>15</b>		<b>1</b>
Koordynator:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Andrzej Nowakowski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	ma poszerzon wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie 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	WF2_W07	kolokwium
3	zna i rozumie prawne, ekonomiczne, etyczne uwarunkowania działalno ci zawodowej zwi zanej ze szkolnictwem, sportem i kultur fizyczn , w tym zasady higieny i bezpiecze stwa pracy, zasady ochrony praw autorskich i własno ci przemysłowej oraz podstawowe zasady przedsi biorczo ci w działalno ci zawodowej	WF2_W11	kolokwium
4	potrafi kreowa sytuacje dydaktyczne słu ce aktywno ci i rozwojowi zainteresowa uczniów oraz popularyzacji wiedzy	D.1/E.1.U05	wykonanie zadania

5	jest gotów do popularyzowania wiedzy w ród uczniów i w rodowisku szkolnym oraz pozaszkolnym	D.1/E.1.K02	obserwacja zachowa
6	jest gotów do rozwijania u uczniów ciekawo ci, aktywno ci i samodzielno ci poznawczej oraz logicznego i krytycznego my lenia	D.1/E.1.K07	obserwacja zachowa

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

(Wykład wzbogacony konkretnymi przykładami, w tym z aktualnie obowi zuj cego ustawodawstwa dotycz cego turystyki i rekreacji.)

**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**

Pisemne kolokwium w zakresie tre ci programowych obj tych wykładem.

**Tre ci programowe (opis skrócony)**

Student zna podstawowe zasady w zakresie zarz dzenia sfer turystyki i rekreacji.

**Content of the study programme (short version)**

**Tre ci programowe**

Liczba godzin

Semestr: 3

Forma zaj : **wiczenia audytoryjne**

Przedmiot obejmuje podstawowe elementy wiedzy w zakresie zarz dzenia turystyk i rekreacj , w tym rynkiem usług turystycznych i rekreacyjnych. W skład przedmiotu wchodzi wiedza o prawnych podstawach działalno ci turystyczno-rekreacyjnych wraz z omówieniem praw i obowi zków stron ( wiadczeniodawców i odbiorców tych usług). Przedmiot wyposa a studenta w niezb dn wiedz do zatrudnienia na stanowiskach zwi zanych ze wiadczeniem usług w bran ach turystycznej i rekreacyjnej, a tak e do prowadzenia działalno ci gospodarczej w tych obszarach na własny rachunek

15

**Literatura**

Podstawowa

Borzyszkiewicz J., Organizacja i zarz dzenie turystyk w Polsce, Warszawa 2011

Marcinkiewicz C. , Zarz dzenie produktem turystycznym (z elementami psychologii), Sosnowiec 2010

Michałowski K., Ziółkowski R. , Zarz dzenie turystyk , Białystok 2008

Uzupełniaj ca

**Dane jako ciowe**

<b>Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>	
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	0
Udział w egzaminie	0
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0

Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	5	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	5	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	0	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>25</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>1</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	15	0,6
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	5	0,2

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:	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-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169735	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	3	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>45</b>		<b>3</b>
Koordynator:	dr Wanda Kulesza				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wanda Kulesza				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowa wiedza pedagogiczna			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 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	B.2.W02	kolokwium

2	ochrona zdrowia uczniów, tematyki oceny jako ci pracy nauczyciela, zasady projektowania i własnego rozwoju zawodowego, rolę i warunki sukcesu w pracy nauczyciela oraz choroby związane z wykonywaniem zawodu nauczyciela	B.2.W02	kolokwium
3	zna i rozumie wychowanie w kontekście rozwoju: ontologiczne, aksjologiczne i antropologiczne podstawy wychowania i funkcje wychowania oraz proces wychowania, jego struktur, właściwości i dynamik, pomoc psychologiczno-pedagogiczną w szkole - regulacje prawne, formy i zasady udzielania wsparcia w placówkach systemu oświaty, a także znaczenie współpracy rodziny ucznia i szkoły oraz szkoły ze środowiskiem pozaszkolnym	B.2.W03	kolokwium
4	zna i rozumie zasady pracy opiekuńczo-wychowawczej nauczyciela: obowiązki nauczyciela jako wychowawcy klasy, metody pracy wychowawczej, program pracy wychowawczej, style kierowania klasą, ład i dyscyplina, poszanowanie godności dziecka, ucznia lub wychowanka, różnicowanie, indywidualizacja i personalizacja pracy z uczniami, funkcjonowanie klasy szkolnej jako grupy społecznej, procesy społeczne w klasie, rozwiązywanie konfliktów w klasie lub grupie wychowawczej, animowanie życia społeczno-kulturalnego klasy, wspieranie samorealizacji i autonomii uczniów, rozwijanie u dzieci, uczniów lub wychowanków kompetencji komunikacyjnych i umiejętności społecznych niezbędnych do nawiązywania poprawnych relacji poprzez integrację i inkluzję sytuacji dziecka z niepełnosprawnością fizyczną i intelektualną w szkole ogólnodostępnej, problemy dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu i ich funkcjonowanie, problemy dzieci zaniedbanych i pozbawionych opieki oraz szkolnych sytuacji dzieci z doświadczeniem migracyjnym, problematyka dziecka w sytuacji kryzysowej lub traumatycznej zagrożenia dzieci i młodzieży: zjawiska agresji i przemocy, w tym agresji elektronicznej, oraz uzależnienia, w tym od środków psychoaktywnych i komputera, a także zagadnienia związane z grupami nieformalnymi, podkulturami młodzieżowymi i sektami;	B.2.W04	kolokwium
5	zna i rozumie sytuację uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi: specjalne potrzeby edukacyjne uczniów i ich warunki (zakres diagnozy funkcjonalnej, metody i narzędzia stosowane w diagnozie), konieczność dostosowywania procesu kształcenia do specjalnych potrzeb edukacyjnych uczniów (projektowanie wsparcia, konstruowanie indywidualnych programów) oraz tematyki oceny skuteczności wsparcia uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi	B.2.W05	kolokwium
6	zna i rozumie zasady pracy z uczniem z trudnościami w uczeniu się przyczyny i przejawy trudności w uczeniu się, zapobieganie trudnościom w uczeniu się i ich wczesne wykrywanie, specyficzne trudności w uczeniu się - dysleksja, dysgrafia, dysortografia i dyskalkulia oraz trudności w uczeniu się wynikające z dysfunkcji sfery percepcyjno-motorycznej oraz zaburzenia rozwoju zdolności, w tym językowych i arytmetycznych, i sposoby ich przezwyciężania, zasady dokonywania diagnozy nauczycielskiej i techniki diagnostyczne w pedagogice	B.2.W06	kolokwium
7	zna i rozumie doradztwo zawodowe: wspomaganie ucznia w projektowaniu i edukacyjno-zawodowej, metody i techniki określenia potencjału ucznia oraz potrzeb przygotowania uczniów do uczenia się przez całe życie.	B.2.W07	kolokwium
8	w pogłębionym stopniu zna i rozumie z zakresu kultury fizycznej, posiada wiedzę na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej związków z naukami pokrewnymi, zna społeczno-kulturową wartość kultury fizycznej i jej rolę w życiu społecznym	WF2_W01	kolokwium
9	zna teorie dotyczące wychowania, nauczania i uczenia się, ma pogłębioną wiedzę na temat praw i mechanizmów oddziaływania na ciało i psychikę wychowanka w procesie edukacji i zna zastosowania praktyczne tej wiedzy w działalności zawodowej	WF2_W05	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 pracować z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, w tym z dziećmi z trudnościami adaptacyjnymi związanymi z doświadczeniem migracyjnym, pochodzącymi ze środowisk	1.2.12	wykonanie zadania

11	zró nicowanych pod wzgl dem kulturowym lub z ograniczon znajomo ci j zyka polskiego	1.2.12	wykonanie zadania
12	potrafi odpowiedzialnie organizowa prac szkoln oraz pozaszkoln ucznia, z poszanowaniem jego prawa do odpoczynku	1.2.13	wykonanie zadania
13	potrafi skutecznie i wiadomie komunikowa si ;	B.1.U03	wykonanie zadania
14	potrafi porozumie si w sytuacji konfliktowej;	B.1.U04	wykonanie zadania
15	potrafi wybra program nauczania zgodny z wymaganiami podstawy programowej i dostosowa go do potrzeb edukacyjnych uczniów	B.2.U01	wykonanie zadania
16	potrafi zaprojektowa cie k własnego rozwoju zawodowego	B.2.U02	wykonanie zadania
17	potrafi formułowa oceny etyczne zwi zane z wykonywaniem zawodu nauczyciela	B.2.U03	wykonanie zadania
18	potrafi nawi zywa współprac z nauczycielami oraz ze rodowiskiem pozaszkolnym	B.2.U04	wykonanie zadania
19	potrafi rozpoznawa sytuacj zagro e i uzale nie uczniów	B.2.U05	wykonanie zadania
20	potrafi zdiagnozowa potrzeby edukacyjne ucznia i zaprojektowa dla niego odpowiednie wsparcie	B.2.U06	wykonanie zadania
21	potrafi okre li przybli ony potencjał ucznia i doradzi mu cie k rozwoju.	B.2.U07	wykonanie zadania
22	posiada pogł bione umiej tno ci pedagogiczne zwi zane z prowadzeniem procesu nauczania	WF2_U04	wykonanie zadania
23	jest gotów do okazywania empatii uczniom oraz zapewniania im wsparcia i pomocy	B.2.K01	obserwacja zachowa
24	jest gotów do profesjonalnego rozwi zywania konfliktów w klasie szkolnej lub grupie wychowawczej	B.2.K02	obserwacja zachowa
25	jest gotów do samodzielnego pogł biania wiedzy pedagogicznej;	B.2.K03	obserwacja zachowa
26	jest gotów do współpracy z nauczycielami i specjalistami w celu doskonalenia swojego warsztatu pracy	B.2.K04	obserwacja zachowa
27	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona , umie korzysta z dorobku innych i wie kiedy zasi gn opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa

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

(Wykład konwersatoryjny, dyskusja w oparciu o literatur i tre ci wkładu, metoda pracy własnej, prezentacja)

#### 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

Egzamin: uzyskanie pozytywnej ceny z egzaminu testowego ( kryteria według punktacji ustalonej na zaj ciach )  
Zaliczenie z ocen : obecno na zaj ciach (80%), pozytywna ocena z prezentacji i kolokwium

<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>	
Nowe trendy i kierunki w teoriach pedagogicznych. Nauczyciel, jego rola społeczno ? zawodowa, kompetencje zawodowe. środowisko szkolne. Problemy szkolne uczniów.	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<b>Treści programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zajęć : <b>wykład</b>	
To samo pedagogiki jako nauki i praktyki społecznej . Współczesne pr dy i kierunki w pedagogice . Koncepcje człowieka w uj ciu teorii behawiorystycznej, humanistycznej, społecznej . Paradygmaty w wychowaniu . Metody bada w pedagogice . Edukacja jutra – wyzwania i problemy . Współczesna wiedza o edukacji . „Uczenie si „ jako centralna kategoria poj ciowa współczesnej praktyki edukacyjnej . „Uczenie si ” jako przedsi wzięcie na całe ycie. Nauczyciel – jego kompetencje i funkcje . Modele rozwoju zawodowego nauczyciela	15
Forma zajęć : <b>wiczenia audytoryjne</b>	
System szkolny . Zmiany strukturalne. Szkoła jako środowisko wychowawcze. Socjalizacja szkolna. Klasa jako grupa społeczna. Kierownicza organizacyjna i integruj ca rola nauczyciela. Współpraca nauczyciela z rodzicami. Klimat szkoły. Problemowe zachowania uczniów. Zjawiska patologii w szkole. Agresywne zachowania uczniów – przyczyny, prewencji. Program wychowawczy szkoły.	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Arends R.I., Uczymy si naucza , PWN , Warszawa 1995	
Hejnicka – Bezwi skaT., Pedagogika ogólna, Warszawa 2008	
Kron F.W., Pedagogika. Kluczowe zagadnienia. Podr cznik akademicki 2012	
Nowak M. , Teorie i koncepcje wychowania, Warszawa 2008	
Uzupełniaj ca	

#### Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaję /grup zaję do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaję ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaję ciach	<b>45</b>
Konsultacje z prowadz cym	<b>2</b>
Udział w egzaminie	<b>1</b>
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaję	<b>5</b>
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	<b>15</b>
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>7</b>
Inne	<b>0</b>
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>75</b>
<b>Liczba punktów ECTS</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>

Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	48	1,9
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	10	0,4

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 :	Pierwsza pomoc przedmedyczna				
Course / group of courses:	First Pre-Medical Aid				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169727	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	1	Semestr:		1	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	M	30	Egzamin	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	mgr 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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	egzamin
2	ma rozbudowan wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka	WF2_W04	egzamin
3	potrafi udziela pierwszej pomocy	1.2.17	wykonanie zadania
4	ma umiej tno ci zwi zane z udzielaniem pierwszej pomocy przedmedycznej niezbdne w sytuacjach krytycznych	WF2_U07	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			

e-learning - metody i techniki kształcenia na odległość, (objaśnienie pokaz, prezentacja, instruktaż, wiczenia przedmiotowe obserwacja samokształcenie)	
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>	
<b>wiedza:</b> egzamin (Egzamin w formie testu z zamkniętymi pytaniami. Do zaliczenia egzaminu konieczne uzyskanie 70% poprawnych odpowiedzi)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)	
<b>Warunki zaliczenia</b>	
Egzamin, ocena z aktywnością na zajęciach. Egzamin w formie pisemnej: test jednokrotnego wyboru (po 1 pkt. za prawidłową odpowiedź oraz 70% prawidłowych odpowiedzi).	
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>	
Przedmiotem zajęć jest postępowanie reanimacyjne w stanach bezpłodnego zagrożenia życia, oraz pomoc doraźna w innych stanach zagrożenia zdrowia i życia, 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 katastroficznych.	
<b>Content of the study programme (short version)</b>	
<b>Treści programowe</b>	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć: <b>wiczenia specjalistyczne (medyczne/kliniczne)</b>	
Zasady pierwszej pomocy w nagłych zdarzeniach, wypadkach, katastrofach i klęskach żywiołowych. Nagłe zatrzymanie krążenia. Proces umierania. Mechanizmy śmierci. Definicja śmierci. Rozpoznawanie nagłego zatrzymania krążenia. Warunki prowadzenia reanimacji. Postępowanie z nieprzytomnym. Pozycja boczna bezpieczna. Udrowienie górnych dróg oddechowych – sposoby bezprzyrządowe i przyrządowe. Przyczyny i rozpoznanie czuciowej/całkowitej niedrożności oddechowej. Technika rękoczynu Heimlicha. Sztuczna wentylacja płuc – metody bezprzyrządowe i przyrządowe. Ocena skuteczności sztucznej wentylacji. Worek Ambu – zasady stosowania. Mechanizmy nagłego zatrzymania krążenia. Rozpoznanie ostrej niewydolności krążenia. Pośredni masa serca – 1v.2 ratowników. Reanimacja dorosłych, noworodków, dzieci, kobiet ciężarnych, osób starszych, z zastosowaniem AED. Nagła utrata przytomności. Omdlenie. Udar mózgowy, napad drgawkowy. Zatrucie, uszkodzenia. Ostre stany chorobowe – zawał mięśnia sercowego, stany powikłkowe, obrzęk krtani, astma. Utonięcie. Zachłyśnięcie. Raenie prądem i piorunem. Uraz – rana, krwotok, wstrząs krwotoczny. Tamowanie krwotoku, bandażowanie. Zwężenia, złamania otwarte/zamknięte. Unieruchomienie transportowe. Uraz kręgosłupa. Oparzenia. Wydobywanie ofiar wypadków z samochodów. Apteczka I pomocy.	30
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Mariusz Goniewicz, Pierwsza pomoc, podręcznik dla studentów, PZWL, Warszawa 2016	
red. A. Zawadzki, Medycyna ratunkowa i katastrof, PZWL, Warszawa 2015	
Wytyczne Europejskiej Rady Resuscytacji 2015, www.prc.krakow.pl 2015	
Uzupełniająca	

#### Dane jako ciowe

<b>Przyrządowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	<b>30</b>

Konsultacje z prowadz cym	3	
Udział w egzaminie	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	3	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	33	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	35	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 :	Piłka no na				
Course / group of courses:	Football				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169737	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>1</b>
Koordinator:	mgr Krzysztof Tomalski				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Krzysztof Tomalski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Studenci spełniaj je w momencie zaliczenia przedmiotu na studiach licencjackich.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan i poszerzon wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk piłki no nej, zna przepisy i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium
2	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych, rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania	WF2_W14	kolokwium
3	posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie piłki no nej, prezentuje wła ciwy poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki piłki no nej	WF2_U01	wykonanie zadania
4	posiada umiej tno s dziowania piłki no nej na poziomie sportu młodzie owego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol	WF2_U11	wykonanie zadania

5	umie ocenia prawidłowo doboru obci e wicze oraz dobiera rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej, wieku osób wicz cych oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikowa przeciwwskazania do sportu oraz bł dy i zaniedbania i potrafi je korygowa w praktyce	WF2_U17	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>			
(pokaz ,prezentacja, obja nienie, instrukta , metoda problemowa, samokształcenie)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium pisemnego) <b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Warunkiem zaliczenia jest obecno na zaj ciach oraz pozytywna ocena z wszystkich sprawdzianów, prowadzonych wicze i s dziowania. Sprawdzian praktycznych umiej tno ci technicznych. Sprawdzian teoretyczny. Ocena prowadzonych przez studentów wicze /zaj . S dziowanie i organizacja meczów piłki no nej.			
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>			
Poszerzenie wiadomo ci, umiej tno ci i kompetencji wykonywania i nauczania elementów techniki i taktyki z zakresu piłki no nej niezbdnych do prowadzenia zaj w szkołach podstawowych i rednich . Przygotowanie i przeprowadzenie zawodów/turniejów piłki no nej. Doskonalenie s dziowania.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
Expanding knowledge, skills and competences of performing and teaching elements of techniques and tactic regarding football, which are essential to conduct classes in primary and secondary schools. Preparation and organisation of football competitions. Perfecting refereeing.			
<b>Treści programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zaj : <b>wiczenia praktyczne</b>			
Organizacja tej dyscypliny w Polsce i na wiecie (FIFA,UEFA,PZPN) i prowadzone przez nie rozgrywki. -Zasady i sposoby prowadzenia rozgrzewki przed treningiem i przed zawodami. - Podniesienie sprawno ci ogólnej i specjalnej studentów ( wiczenia kształtuj ce zdolno ci motoryczne). - Doskonalenie wszystkich technik piłkarskich w ró nych formach treningowych. - Taktyczne umiej tno ci indywidualne i zespołowe. - Poznanie i zrozumienie zało e taktycznych piłki no nej w systemach 1-4-3-3,1-4-4-2,1-4-2-3-1. - Kształtowanie sprawno ci fizycznej. - Poznanie wicze w formie gier i zabaw doskonal cych elementy techniczne i taktyczne. - Rodzaje i zastosowanie gier pomocniczych w piłce no nej - Szkolenie dzieci i młodzie y: polskie i europejskie nazewnictwo grup szkoleniowych oraz przygotowanie techniczne i taktyczne na ró nych etapach szkolenia. - Teoretyczne i praktyczne doskonalenie przepisów gry w piłk no n i futsal. - Umiej tno organizacji i przeprowadzenia zawodów/turniejów piłki no nej.			30
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Bednarski L., Piłka no na - zaj cia treningowe w rocznym cyklu szkoleniowym, Extrema, Kraków 2000			
Bednarski L.,Ko min A., Piłka no na, AWF, Kraków 1998			
Dorna M., Narodowy Model Gry, PZPN, Warszawa 2016			
Uzupełniają ca			
Talaga J. , Atlas wicze piłkarskich- technika, Warszawa 1999			

Przepisy gry w futsal, TONOBIS, Warszawa 2013

Przepisy gry w piłkę nożną, PZPN - dostęp: <https://www.pzpn.pl/>

**Dane jako ciowe**

<b>Przyporządkowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	30	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	0	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	0	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	0	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>30</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>1</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	30	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 :	Piłka r czna				
Course / group of courses:	Handbal				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169738	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	1	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		3	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>1</b>
Koordinator:	mgr Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Kazimierz Mróz				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Posiadanie efektów uczenia si w zakresie piłki r cznej realizowanej na studiach I stopnia			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium
2	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych, rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania	WF2_W14	kolokwium
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w poszczególnych dyscyplinach	WF2_U01	wykonanie zadania
4	posiada umiej tno s dziowania podstawowych dyscyplin sportu na poziomie sportu młodzie owego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol	WF2_U11	wykonanie zadania

5	umie ocenia prawidłowo doboru obci e treningowych oraz dobiera rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej, wieku osób wicz cych oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikowa przeciwwskazania do sportu oraz bł dy i zaniedbania i potrafi je korygowa w praktyce	WF2_U17	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(obja nienie, wyja nienie, omówienie, pokaz, metody: analityczna, syntetyczna, kompleksowa instruktarz metody sytuacyjne, metody aktywizuj ce, Samokształcenie)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
<b>umiej tno ci:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecno ci oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów.			
<b>Tre ci programowe (opis skrócony)</b>			
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.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Tre ci programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zaj : <b>wiczenia praktyczne</b>			
Geneza piłki r cznej w kraju i na wiecie. Charakterystyka gry, przygotowanie motoryczne i fizyczne, systematyka elementów technicznych. Powtórzenie elementów technicznych zrealizowanych na studiach I stopnia: sposoby poruszania si w obronie i ataku, chwyty i podania, kozłowanie, rzuty (z przeskokiem, w wyskoku, z padem), zwody, zasłony, technika gry na pozycji bramkarza. Kompleksowe wiczenia doskonal ce technik pod presj przeciwnika i wi kszego obci enia fizycznego. Systematyka elementów taktycznych. Doskonalenie elementów taktyki indywidualnej w obronie i w atakowaniu. - atak szybki (bezpo redni, po redni, szybkie wznowienie gry po stracie bramki - atak pozycyjny (2 : 1 : 3 i 2 : 2 : 2) 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 bł dów, typy lekcji, konstruowanie konspektów. Prowadzenie lekcji na podstawie opracowanego konspektu. Szkolenie sportowe dzieci i młodzie y– etapy i struktura treningu. Organizacja zawodów, systemy rozgrywek Zaliczenie praktyczne, kolokwium. Bezpo rednia obserwacja meczu.			30
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Czerwi ski J. , Charakterystyka gry w piłk r czn , AWF, Gda sk 1999			
Jans W. , Atlas wicze piłkarza r cznego 1997			
Krowicki L. , Piłka r czna 555 wicze , ZPRP, Warszawa 2006			
Majorek S. , Konspekty do nauczania piłki r cznej, MZPR, Kraków 2007			
Majorek S. , Program zaj pozalekcyjnych w piłce r cznej, MZPR, Kraków 2007			
Skutnik R., Walczyk L. , Piłka r czna, C.O.S. , Warszawa 2006			



Uzupełniaj ca

## Dane jako ciowe

<b>Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	<b>30</b>	
Konsultacje z prowadz cym	<b>0</b>	
Udział w egzaminie	<b>0</b>	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>0</b>	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	<b>0</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>0</b>	
Inne	<b>0</b>	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>30</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>1</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>30</b>	<b>1,0</b>
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 :	Piłka siatkowa				
Course / group of courses:	Volleyball				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169731	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	1	Semestr:		2	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	mgr Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Jan Salamon				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania gry w piłk siatkow , zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w tej grze oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium
2	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportoworekreacyjnych z zakresu gry w piłk siatkow , rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania	WF2_W14	kolokwium
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie gry w piłk siatkow , prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w tej dyscyplinie	WF2_U01	wykonanie zadania
4	posiada umiej tno s dziowania gry w piłk siatkow na poziomie sportu młodzie owego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol	WF2_U11	wykonanie zadania

5	umie ocenia prawidłowo doboru obci e treningowych oraz doбира rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej, wieku osób wicz cych oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikowa przeciwwskazania do sportu oraz bł dy i zaniedbania i potrafi je korygowa w praktyce	WF2_U17	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(Pokaz, obja nienie, zastosowanie metod nauczania techniki gry w zale no ci od celów nauczania. Wykorzystanie rodków audiowizualnych. Obserwacja zawodów)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
<b>umiej tno ci:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Zaliczenie z ocen . Teoria: pisemny sprawdzian zwi zany z metodyk nauczania techniki i taktyki gry w piłk siatkow . Praktyka: zaliczenie zwi zane z umiej tno ciami modelowego pokazu wszystkich elementów systematyki gry w piłk siatkow . Praktyka: zaprezentowanie skutecznych działań zwi zanych z technik gry w piłk siatkow .			
<b>Tre ci programowe (opis skrócony)</b>			
Ugruntowanie wiedzy w zakresie metodyki nauczania gry w piłk siatkow . Poznanie taktyki gry w poszczególnych etapach nauczania. Umiej tno organizacji turniejów. Prowadzenie szkolenia specjalistycznego i przygotowanie zespołu do rozgrywek ligowych.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Tre ci programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 2			
Forma zaj : <b>wiczenia praktyczne</b>			
Teoria: 1) Technika: - zasady, metody, formy i rodki nauczania i doskonalenia techniki; 4 godz. - filmy szkoleniowe 2 godz. 2) Struktura zespołu 1 godz. 3) Taktyka zespołowa i indywidualna 2 godz. 4) Kontrola techniki i sprawno ci fizycznej 2 godz. 5) Przepisy gry, s dziowanie, protokołowanie 1 godz.			30
Praktyka: 1) Systematyka techniki gry i metodyka nauczania. 4 godz. 2) Taktyka zespołowa w ataku i obronie 4 godz. 3) Gra w poszczególnych etapach szkolenia 2 godz. 4) Przygotowanie sprawno ciowe 2 godz. 5) Kontrola treningu – praktyczne sprawdziany wybranych elementów techniki gry i zdolno ci motorycznych 2 godz. 6) Przygotowanie i prowadzenie zaj 4 godz.			
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Polska Akademia Siatkówki 2016. , Program szkolenia dzieci i młodzie y			
Grz dzieł G., Ljach W.J., Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób wicze , COS, Warszawa 2000			

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	0	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	4	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
Liczba punktów ECTS		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	35	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 :	Pływanie				
Course / group of courses:	Swimming				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169726	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	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	S	30	Egzamin	2
<b>Razem</b>			<b>60</b>		<b>4</b>
Koordynator:	mgr Ryszard Mróz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Ryszard Mróz				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk pływania, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dotycz ce pływania oraz podstawy sportowego treningu pływackiego i umiej tno praktycznego zastosowania tej wiedzy;	WF2_W06	kolokwium
2	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo - rekreacyjnych z zakresu sportu pływackiego, rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania;	WF2_W14	kolokwium
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie pływania, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w pływaniu;	WF2_U01	wykonanie zadania

4	posiada umiejtno s dziovania zawodów pływackich na poziomie sportu młodzie owego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol ;	WF2_U11	wykonanie zadania
5	umie ocenia prawidłowo doboru pływackich obci e treningowych oraz dobiera rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej, wieku osób wicz cych oraz stopnia zaawansowania, potrafi identyfikowa przeciwwskazania do pływania oraz bł dy i zaniedbania i potrafi je korygowa w praktyce;	WF2_U17	wykonanie zadania

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

(Prezentacja i omówienie techniki i metodyki nauczania pływania i elementów ratownictwa wodnego, działania praktyczne.)

**Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si**

**wiedza:**

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

**umiejtno ci:**

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

**Warunki zaliczenia**

Zaliczenie teorii i umiejtno ci praktycznych po sem. 1 i 2, egzamin po sem. 2

**Tre ci programowe (opis skrócony)**

Zasady bezpiecze stwa podczas zaj w wodzie, doskonalenie pływania, startów i nawrotów w oparciu o metodyk treningu pływackiego, sposoby prowadzenia akcji ratowniczej.

**Content of the study programme (short version)**

**Tre ci programowe**

Liczba godzin

Semestr: 1

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

Praktyka: Doskonalenie techniki, startów i nawrotów przy zastosowaniu metod treningu pływackiego ( w. techniczne: kształtowanie „czucia wody”, pozycja, rotacja, chwyt wody). wiczenia na I dzie, kształtowanie wytrzymałoci i szybko ci, nurkowanie ze sprz tem ABC, prowadzenia akcji ratowniczej indywidualnie i zespołowo z u yciem sprz tu ratowniczego.

30

Semestr: 2

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

Zasady bezpiecze stwa na pływalniach, systematyka i metodyka nauczania pływania, startów i nawrotów. podstawy treningu pływackiego dzieci i młodzie y, organizacja pływania sportowego w Polsce i na wiecie, formy rekreacji w wodzie, wybrane zagadnienia z ratownictwa wodnego.

30

**Literatura**

Podstawowa

Bartkowiak E., Pływanie sportowe, Centralny O rodek Sportu, Warszawa 1999

Czaba ski B., Fiłon M., Zato K., Elementy teorii pływania, AWF, Wrocław 2003

Dybi ska Ewa., Nauczanie pływania dzieci w wieku 1 do 4 lat, Kasper, Kraków 2000

Ryszard Karpi ski, „ Zabawy i rekreacja w wodzie, WSiP, Warszawa 2004

Ryszard Mróz, Teoria pływania, PWSZ, Tarnów 2009

Uzupełniają ca

**Dane jako ciowe**

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

Udział w zajęciach	60	
Konsultacje z prowadzącym	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	12	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	17	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	8	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>100</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>4</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	63	2,5
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	80	3,2

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:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor gimnastyki korekcyjnej				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy kinezyterapii				
Course / group of courses:	Kinesitherapy Basics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169896	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	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordynator:	dr Beata Nowak				
Prowadz cy zaj cia:	dr Beata Nowak				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w cielem zdrowego człowieka, zna w stopniu pogł bionym fizjologi wysiłku fizycznego, dysponuje poszerzon wiedz na temat nieprawidłowoci postawy ciała, wad postawy ciała i zaburze przebiegu ruchu	WF2_W04	kolokwium
2	ma rozbudowan wiedz z zakresu profilaktyki urazów sportowych potrzeb i specyfik prowadzenia wicze ruchowych z osobami sprawnymi, wybitnie sprawnymi oraz niepełnosprawnymi w grupie młodzie y, rozumie i dorosłych	WF2_W08	kolokwium
3	ma wiedz na temat zmian postawy ciała w ontogenezie, rodzajów wad postawy ciała, czynników ryzyka ich rozwoju i konsekwencji dla zdrowia	WF2_W15	kolokwium



4	zna metody stosowane w diagnostyce wad postawy ciała i analizie ruchu, ma wiedzę niezbędną do sporządzenia raportu z badania postawy ciała i przeprowadzenia analizy wyników takiego badania	WF2_W16	wykonanie zadania
5	potrafi dokonać oceny postawy ciała oraz rozpoznać podstawowe schorzenia narządu ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, dobra metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom	WF2_U19	wykonanie zadania
6	potrafi wykorzystać elementy masy u klasycznego, jako uzupełnienie gimnastyki korekcyjnej w terapii wad postawy ciała	WF2_U21	wykonanie zadania

**Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)**

(Wykłady, prezentacje power point, filmy edukacyjne, ćwiczenia praktyczne, pokaz i objaśnienie, ćwiczenia w parach, autoobserwacja, praca w grupach.)

**Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się**

**wiedza:**

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

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

**umiejętności:**

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

**Warunki zaliczenia**

Kolokwia częściowe realizowane w trakcie semestru, sprawdziany umiejętności praktycznych polegające na zaprezentowaniu na wspólnym ćwiczeniu określonej techniki lub ćwiczenia.

**Treści programowe (opis skrócony)**

Zapoznanie z definicjami, celami i rodzajami leczniczymi wykorzystywanymi w fizjoterapii, ze szczególnym uwzględnieniem metod przydatnych w pracy nauczyciela wychowania fizycznego.

**Content of the study programme (short version)**

**Treści programowe**

	Liczba godzin
--	---------------

Semestr: 4

Forma zajęć: **wykład**

Wpływ zabiegów fizykalnych na organizm człowieka; wpływ ćwiczeń na organizm; wpływ zmniejszonej aktywności fizycznej na zdrowie; pojęcia: kompensacja, adaptacja, regeneracja; podstawowe dysfunkcje narządu ruchu; podział ćwiczeń i zabiegów leczniczych	15
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

Forma zajęć: **ćwiczenia praktyczne**

Pojęcia ruchu niekontrolowanego; sposoby reedukacji niekontrolowanego ruchu; łagodnie- i powoli- powolne – współzależności mięśniowo-powięziowe i kostno-stawowe a postawa ciała; „czytanie ciała” i techniki rozluźniania powięziowego – informacje podstawowe; podstawowe pojęcia w terapii manualnej: gra stawowa, lizg, czucie głębokie; założenia metod Mulligana, możliwości wykorzystania tapingu medycznego w terapii urazów sportowych	15
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

**Literatura**

Podstawowa

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

Nowotny Janusz, Podstawy fizjoterapii cz.1-3, Wyd. Kasper, Kraków 2004

Uzupełniająca

**Dane jako ciowe**

<b>Przyporządowanie zajęć/grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenie studenta [w godz.]
Udział w zajęciach	<b>30</b>

Konsultacje z prowadzonym	2	
Udział w egzaminie	1	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	3	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literaturą, wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	33	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,6

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: Dydaktyczna w szkole ponadpodstawowej				
Course / group of courses:	Field Experience: Teaching Practice in Secondary School				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169757	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	7	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	2	Semestr:	4		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4	PR	70	Zaliczenie z ocen	7
<b>Razem</b>			<b>70</b>		<b>7</b>
Koordinator:	mgr Jan Salamon				
Prowadz cy zaj cia:	dr Renata Błyszczuk				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu praktyki i teorii sportu młodzie owego, oraz metodycznych podstaw treningu			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	zna i rozumie sposoby projektowania i prowadzenia działa diagnostycznych w praktyce pedagogicznej	1.1.07	wypowied ustna
3	zna i rozumie zadania charakterystyczne dla szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz rodowisko, w jakim one działają	B.3.W01	wypowied ustna
4	zna i rozumie organizacj , statut i plan pracy szkoły, program wychowawczo-profilaktyczny oraz program realizacji doradztwa zawodowego	B.3.W02	wypowied ustna

5	zna i rozumie zasady zapewniania bezpieczeństwa uczniom w szkole i poza nią	B.3.W03	wypowiedź ustna
6	zna i rozumie zadania dydaktyczne realizowane przez szkołę lub placówkę systemu o wiaty	D.2/E.2.W01	wypowiedź ustna
7	zna i rozumie sposób funkcjonowania oraz organizacji pracy dydaktycznej szkoły lub placówki systemu o wiaty	D.2/E.2.W02	wypowiedź ustna
8	zna i rozumie rodzaje dokumentacji działalności dydaktycznej prowadzonej w szkole lub placówce systemu o wiaty	D.2/E.2.W03	wypowiedź ustna
9	potrafi projektować i realizować programy nauczania z uwzględnieniem zró nicowanych potrzeb edukacyjnych uczniów	1.2.04	wykonanie zadania
10	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
11	potrafi rozwijać kreatywność i umiejętność samodzielnego, krytycznego myślenia uczniów	1.2.08	wykonanie zadania
12	potrafi skutecznie animować i monitorować realizację zespołowych działań edukacyjnych uczniów	1.2.09	wykonanie zadania
13	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
14	potrafi wyciągać wnioski z obserwacji sposobu integracji działań opiekuńczo-wychowawczych i dydaktycznych przez nauczycieli przedmiotów	B.3.U02	wykonanie zadania
15	potrafi wyciągać wnioski, w miarę możliwości, z bezpośrednio obserwowanej pracy rady pedagogicznej i zespołu wychowawców klas	B.3.U03	wykonanie zadania
16	potrafi dobrać metody pracy klasy oraz środki dydaktyczne, w tym z zakresu technologii informacyjno-komunikacyjnej, aktywizujące uczniów i uwzględniające ich zró nicowane potrzeby edukacyjne	D.1/E.1.U07	wykonanie zadania
17	potrafi merytorycznie, profesjonalnie i rzetelnie oceniać pracę uczniów wykonywaną w klasie i w domu	D.1/E.1.U08	wykonanie zadania
18	potrafi skonstruować sprawdzian służący ocenie danych umiejętności uczniów	D.1/E.1.U09	wykonanie zadania
19	potrafi rozpoznać typowe dla nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć błędy uczniowskie i wykorzysta je w procesie dydaktycznym	D.1/E.1.U10	wykonanie zadania
20	potrafi przeprowadzić wstępne diagnozy umiejętności ucznia	D.1/E.1.U11	wykonanie zadania
21	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
22	potrafi zaplanować i przeprowadzić pod nadzorem opiekuna praktyk zawodowych serie lekcji lub zajęć	D.2/E.2.U02	wykonanie zadania
23	potrafi analizować, przy pomocy opiekuna praktyk zawodowych oraz nauczycieli akademickich prowadzonych zajęć w zakresie przygotowania psychologiczno-pedagogicznego, sytuacje i zdarzenia pedagogiczne zaobserwowane lub do wiadczzone w czasie praktyk	D.2/E.2.U03	wykonanie zadania
24	kieruje pracą zespołu, potrafi zachęcać uczniów do pracy w zespole i wie jak zachęcać do działania zespołowego	WF2_U14	wykonanie zadania
25	przekazuje podopiecznym idee uczenia się przez całe życie, potrafi aktywizować uczniów, wdrażać ich do samokontroli, potrafi ocenić wkład pracy i postępy poczynione przez jego podopiecznych w	WF2_U15	wykonanie zadania

25	sposób motywuj cy	WF2_U15	wykonanie zadania
26	jest gotów do posługiwania si uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w działaln ci zawodowej, kieruj c si szacunkiem dla ka dego człowieka	1.3.01	obserwacja zachowa
27	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
28	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
29	jest gotów do podejmowania decyzji zwi zanych z organizacj procesu kształcenia w edukacji wł czaj cej	1.3.04	obserwacja zachowa
30	jest gotów do rozpoznawania specyfiki rodowiska lokalnego i podejmowania współpracy na rzecz dobra uczniów i tego rodowiska	1.3.05	obserwacja zachowa
31	jest gotów do projektowania działã zmierzaj cych do rozwoju szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz stymulowania poprawy jako ci pracy tych instytucji	1.3.06	obserwacja zachowa
32	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
33	jest gotów do skutecznego współdziałania z opiekunem praktyk zawodowych i z nauczycielami w celu poszerzania swojej wiedzy	B.3.K01	obserwacja zachowa
34	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
35	dba o bezpiecze stwo swoich wychowanków, odpowiedzialnie pełni c rol zawodow , obowi zki zawodowe wykonuje z zachowaniem zasad higieny i bezpiecze stwa pracy, tworz c wzory wła ciwego post powania w pracy i w yciu	WF2_K03	obserwacja zachowa
36	jest gotów anga owa uczniów do wspólnego inicjowania i prze ywania wydarze sportowych, przewodzi grupie i ponosi za ni odpowiedzialno , orientuje si na bie co w wydarzeniach zwi zanych ze sportem i kultur fizyczn realizuj c w ten sposób działania na rzecz interesu społecznego, my li i działa w sposób przedsi biorczy	WF2_K04	obserwacja zachowa

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

(Wszystkie formy i metody poznane w ramach przedmiotu metodyka wychowania fizycznego.)

#### 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 4. Ocena ł czna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia klubu sportowego

#### Tre ci programowe (opis skrócony)

Nabywanie praktycznych umiej tno ci prowadzenia lekcji ró nego typu i rodzaju, sposobu oceniania ucznia oraz wiedzy teoretycznej zwi zanej z planowaniem oraz realizacja programu przez nauczyciela szkoły ponadpodstawowej.

#### Content of the study programme (short version)

#### Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 4	
Forma zaj : <b>praktyka zawodowa</b>	
Ilo godzin i forma zaj (łącznie 70 godzin) 5 godzin - poznanie struktur funkcjonowania szkoły, pracy Rady Pedagogicznej, Rady Rodziców, uczestniczenie w zebraniach i innych formach pracy szkoły. 10 godzin - hospitacji lekcji różnego typu i rodzaju 5 godzin- hospitacji zaj pozalekcyjnych 30 godzin - samodzielne prowadzenie lekcji 10 godzin – prowadzenie zaj pozalekcyjnych 5 godzin – zapoznanie i analiza dokumentacji nauczyciela wf 5 godzin – doskonalenie własne	70
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Literatura do przedmiotu metodyka wychowania fizycznego	
Uzupełniająca	

#### Dane jakościowe

Przyporządkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	70	
Konsultacje z prowadzącym	10	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zaj	30	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	30	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	30	
Inne	5	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>175</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>7</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	80	3,2
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	100	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 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 przygotowania motorycznego				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Instruktorska				
Course / group of courses:	Field Experience: Instructor Practice				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169918	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	5	Rodzaj zaj :		obowiązkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		4	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4	PR	60	Zaliczenie z ocen	5
<b>Razem</b>			<b>60</b>		<b>5</b>
Koordynator:	dr Renata Błyszczuk				
Prowadz cy zaj cia:	dr Renata Błyszczuk				
J zyk wykładowy:	semestr: 4 - j zyk polski				

## Obja nienia:

**Rodzaj zaj : obowiązkowe, do wyboru.**

Forma prowadzenia zaj : W - wykład, - wiczenia audytoryjne, L - lektorat, S – seminarium/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu praktyki i teorii sportu młodzie owego, oraz metodycznych podstaw treningu			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	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
3	potrafi podejmowa prac z uczniami rozbudzaj c ich zainteresowania i rozwijaj c ich uzdolnienia, wła ciwie dobiera tre ci nauczania, zadania i formy pracy w ramach samokształcenia oraz promowa osi gni cia uczniów	1.2.07	wykonanie zadania
4	potrafi zidentyfikowa potrzeby dostosowania metod pracy do klasy zró nicowanej pod wzgl dem poznawczym, kulturowym, statusu społecznego lub materialnego	C.U01	wykonanie zadania

5	potrafi zaprojektować działania służące integracji klasy szkolnej	C.U02	wykonanie zadania
6	potrafi dobrać metody nauczania do nauczanych treści i zorganizować pracę uczniów	C.U03	wykonanie zadania
7	potrafi wybrać model lekcji i zaprojektować jej strukturę	C.U04	wykonanie zadania
8	potrafi zaplanować pracę z uczniem zdolnym, przygotowując go do udziału w konkursie przedmiotowym lub współzawodnictwie sportowym	C.U05	wykonanie zadania
9	potrafi dokonać oceny pracy ucznia i zaprezentować ją w formie oceny kształtującej	C.U06	wykonanie zadania
10	przekazuje podopiecznym idee uczenia się przez całe życie, potrafi aktywizować uczniów, wdrażać ich do samokontroli, potrafi ocenić wkład pracy i postępy poczynione przez jego podopiecznych w sposób motywujący	WF2_U15	wykonanie zadania, obserwacja zachowa
11	jest gotów do projektowania działań zmierzających do rozwoju szkoły lub placówki systemu oświaty oraz stymulowania poprawy jakości pracy tych instytucji	1.3.06	obserwacja zachowa
12	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
13	jest gotów do twórczego poszukiwania najlepszych rozwiązań dydaktycznych sprzyjających postępowaniu uczniów	C.K01	obserwacja zachowa
14	docenia znaczenie profesjonalizmu w kulturze fizycznej, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów wypełniając w ten sposób zobowiązania społeczne	WF2_K02	obserwacja zachowa
15	dba o bezpieczeństwo swoich wychowanków, odpowiedzialnie pełni rolę zawodowca, obowiązkowo wykonuje z zachowaniem zasad higieny i bezpieczeństwa pracy, tworząc wzory właściwego postępowania w pracy i w życiu	WF2_K03	obserwacja zachowa
16	jest gotów angażować uczniów do wspólnego inicjowania i przeżywania wydarzeń sportowych, przewodzi grupie i ponosi za nią odpowiedzialność, orientuje się na bieżąco w wydarzeniach związanych ze sportem i kulturą fizyczną realizując w ten sposób działania na rzecz interesu społecznego, myśli i działa w sposób przedsiębiorczy	WF2_K04	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 i metodyka nauczania poszczególnych dyscyplin sportowych.)

#### Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

##### wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

##### umiejętności:

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

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 oceną w semestrze 4. 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: 4	
Forma zaj : <b>praktyka zawodowa</b>	
<p>Ilo godzin i forma zaj (ł cznie 60 godzin)</p> <p>5 godzin - hospitacja zaj</p> <p>5 godzin- ocena wydolno ci i sprawno ci specjalnej trenuj cych</p> <p>10 godzin- zadania dodatkowe zwi zane z prowadzeniem treningu, przygotowaniem do zaj , prowadzeniem dokumentacji własnej</p> <p>40 godzin – prowadzenie zaj treningowych w danej dyscyplinie sportu</p> <p>Tematyka praktyki:</p> <p>Przepisy BHP na Sali lub boisku</p> <p>Warsztat pracy trenera</p> <p>Planowanie pracy szkoleniowej</p> <p>Trening w ró nych warunkach: sala, teren, siłownia</p> <p>Zasady treningu w poszczególnych okresach szkoleniowych</p> <p>Trening na obozie sportowym</p> <p>Po zaliczeniu praktyki student powinien:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Zna zasady funkcjonowania klubu sportowego i sekcji sportowej</li> <li>2. Naby umie tno ci prowadzenia zaj treningowych w wybranej dyscyplinie sportowej</li> <li>3. Umie oceni wydolno i sprawno specjaln trenuj cych</li> <li>4.Prowadzi dokumentacj zaj treningowych</li> </ol> <p>Osoby odpowiedzialne za praktyki:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dyrektor lub prezes klubu</li> <li>- trener, instruktor ( opiekun praktyki w klubie)</li> <li>- opiekun z ramienia PWSZ</li> </ul>	60
<b>Literatura</b>	
Podstawowa	
Literatura do przedmiotu teoria sportu oraz dyscypliny sportowej realizowanej podczas praktyki	
Uzupełniają 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	10
Udział w egzaminie	0
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	20
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	0
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	10

Inne	25	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	125	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
Liczba punktów ECTS	5	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	70	2,8
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	80	3,2

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:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:	Instruktor gimnastyki korekcyjnej				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Korekcyjna				
Course / group of courses:	Field Experience: Corrective Gymnastics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169891	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	5	Rodzaj zaj :		obowi zkowy	
Rok studiów:	2	Semestr:		4	
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	4	PR	60	Zaliczenie z ocen	5
<b>Razem</b>			<b>60</b>		<b>5</b>
Koordinator:	dr Renata Błyszczuk				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Poszerzone wiadomo ci teoretyczne i praktyczne z zakresu korekcji wad postawy ciała oraz metodyki prowadzenia wicze w ramach kinezyterapii stosowanej w procesie posturogenezy.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	ma uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	wypowied ustna
3	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych, rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania	WF2_W14	wypowied ustna
4	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

5	potrafi podejmować pracę z uczniami rozbudzając ich zainteresowania i rozwijając ich uzdolnienia, właściwie dobiera treści nauczania, zadania i formy pracy w ramach samokształcenia oraz promować osiągnięcia uczniów	1.2.07	wykonanie zadania
6	potrafi zidentyfikować potrzeby dostosowania metod pracy do klasy z różnorodnej pod względem poznawczym, kulturowym, statusu społecznego lub materialnego	C.U01	wykonanie zadania
7	potrafi zaprojektować działania służące integracji klasy szkolnej	C.U02	wykonanie zadania
8	potrafi dobierać metody nauczania do nauczanych treści i zorganizować pracę uczniów	C.U03	wykonanie zadania
9	potrafi wybrać model lekcji i zaprojektować jej strukturę	C.U04	wykonanie zadania
10	potrafi zaplanować pracę z uczniem zdolnym, przygotowując go do udziału w konkursie przedmiotowym lub współzawodnictwie sportowym	C.U05	wykonanie zadania
11	potrafi dokonać oceny pracy ucznia i zaprezentować ją w formie oceny kształtującej	C.U06	wykonanie zadania
12	potrafi promować zdrowotne zachowania i wykorzysta je do zwalczania nierówności i wykluczenia społecznego	WF2_U09	wykonanie zadania
13	jest gotów do projektowania działań zmierzających do rozwoju szkoły lub placówki systemu oświaty oraz stymulowania poprawy jakości pracy tych instytucji	1.3.06	obserwacja zachowa
14	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
15	jest gotów do twórczego poszukiwania najlepszych rozwiązań dydaktycznych sprzyjających postępowi uczniów	C.K01	obserwacja zachowa
16	docenia znaczenie profesjonalizmu w kulturze fizycznej, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów wypełniając w ten sposób zobowiązania społeczne	WF2_K01	obserwacja zachowa
17	dba o bezpieczeństwo swoich wychowanków, odpowiedzialnie pełni rolę zawodowca, obowiązków zawodowe wykonuje z zachowaniem zasad higieny i bezpieczeństwa pracy, tworząc wzory właściwego postępowania w pracy i w życiu	WF2_K03	obserwacja zachowa
18	uwzględniając zmieniające się potrzeby społeczne jest gotów do pełnienia roli zawodowej i realizowania zadań specjalisty gimnastyki korekcyjnej	WF2_K07	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wszystkie formy i metody poznane w ramach przedmiotu: Metodyczne podstawy korektywy i Teoria i praktyka postępowania korekcyjnego w ramach pierwszego stopnia nauczania.)

#### 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)

##### 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 prowadzenia zajęć korekcyjnych w ramach praktyki.

#### Treści programowe (opis skrócony)

Nabywanie praktycznych umiejętności prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z różnego typu wadami postawy oraz nabycie wiedzy teoretycznej związanej z zasadami funkcjonowania korektywy w szkole. Opanowanie umiejętności i zastosowanie najnowszych metod terapeutycznych w poszczególnych wadach postawy opartych na terapii manualnej.

#### Content of the study programme (short version)

Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 4	
Forma zajęć : <b>praktyka zawodowa</b>	
- 5 godzin hospitacji - 5 godzin diagnostyki postawy ciała z opiekunem lub pielęgniarką - 10 godzin zadań dodatkowych związanych z prowadzeniem lekcji, dokumentacji własnej i organizacji zajęć - 40 godzin prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z różnymi wadami postawy ciała Tematyka; - przepisy BHP na sali korekcyjnej - warsztat pracy nauczyciela - rozkład materiału i planowanie pracy - lekcja w trudnych warunkach poza salą korekcyjną - współpraca z rodzicami, pielęgniarką i lekarzem szkolnym - udział w posiedzeniu Rady Pedagogicznej Osoby odpowiedzialne za praktyki ; - dyrektor szkoły - nauczyciel gimnastyki korekcyjnej - nauczyciel metodyk PWSZ w Tarnowie	60
Literatura	
Podstawowa	
Owczarek S., Atlas ćwiczeń korekcyjnych, WSiP, Warszawa 1998	
Owczarek S., Zabawy i gry w gimnastyce korekcyjnej, WSiP, Warszawa 1997	
Patalas R., Program gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej klasy I-III, Wydawnictwo BK, Wrocław 2005	
Romanowska A., Gimnastyka korekcyjno – kompensacyjna, Wydawnictwo Korepetytor, Płock 2000	
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	60
Konsultacje z prowadzącym	10
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	30
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	0
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	10
Inne	15

Sumaryczne obciążenie prac studenta	125	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	5	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	70	2,8
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	80	3,2

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 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-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169756	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1, 2	Semestr:	2, 4		
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
<b>Razem</b>			<b>20</b>		<b>2</b>
Koordinator:	mgr Przemysław Markowicz				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Przemysław Markowicz				
J zyk wykładowy:	semestr: 2 - 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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
brak			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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	ocena aktywno ci
2	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	ocena aktywno ci
3	ma uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce	WF2_W06	ocena aktywno ci

3	powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	ocena aktywno ci
4	ma poszerzon wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie 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	WF2_W07	ocena aktywno ci
5	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych, rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania	WF2_W14	ocena aktywno ci
6	potrafi wyci ga wnioski z bezpo redniej obserwacji pozalekcyjnych działań opieku czo-wychowawczych nauczycieli, w tym podczas dy urów na przerwach mi dzylekcyjnych i zorganizowanych wyj grup uczniowskich	B.3.U04	ocena aktywno ci
7	potrafi zaplanowa i przeprowadzi zaj cia wychowawcze pod nadzorem opiekuna praktyk zawodowych	B.3.U05	ocena aktywno ci
8	potrafi analizowa , przy pomocy opiekuna praktyk zawodowych oraz nauczycieli akademickich prowadz cych zaj cia w zakresie przygotowania psychologiczno-pedagogicznego, sytuacje i zdarzenia pedagogiczne zaobserwowane lub do wiadczone w czasie praktyk	B.3.U06	ocena aktywno ci
9	potrafi zaprojektowa , zrealizowa i w razie potrzeby zmodyfikowa program aktywno ci fizycznej/prozdrowotnej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku	WF2_U02	ocena aktywno ci
10	posiada umiej tno s dziowania podstawowych dyscyplin sportu na poziomie sportu młodzie owego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol	WF2_U11	ocena aktywno ci
11	potrafi organizowa i zarz dza imprez sportow w oparciu obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF2_U18	ocena aktywno ci
12	jest gotów do stymulowania uczniów do uczenia si przez całe ycie przez samodzieln prac	D.1/E.1.K09	obserwacja zachowa
13	jest gotów anga owa uczniów do wspólnego inicjowania i prze ywania wydarze sportowych, przewodzi grupie i ponosi za ni odpowiedzialno , orientuje si na bie co w wydarzeniach zwi zanych ze sportem i kultur fizyczn realizuj c w ten sposób działania na rzecz interesu społecznego, my li i działa w sposób przedsi biorczy	WF2_K04	obserwacja zachowa
14	przekazuje uczniom informacje dotycz ce znaczenia jako ci postawy ciała dla zdrowia, kształtuje u uczniów postaw prozdrowotn realizuj c w ten sposób odpowiedzialn rol zawodow	WF2_K08	obserwacja zachowa

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

(obja nienie, wyja nienie, omówienie, 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 aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach)

##### umiej tno ci:

ocena aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach)

##### 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)



Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zajęć : <b>praktyka zawodowa</b>	
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. Wykorzystanie różnych nowoczesnych form rekreacji do uatrakcyjnienia pozaszkolnych zajęć sportowych i rekreacyjnych. Umiejętność wykorzystania umiejętności i wiedzy podczas praktycznych i teoretycznych zajęć na uczelni. Nabywanie umiejętności samodzielnego decydowania w sytuacji organizacji imprez sportowych. Korzystanie z wiedzy i doświadczenia nauczycieli, trenerów, instruktorów, animatorów w zakresie organizowania, prowadzenia imprez sportowych i rekreacyjnych.	10
Semestr: 4	
Forma zajęć : <b>praktyka zawodowa</b>	
Nabywanie umiejętności samodzielnego prowadzenia imprez sportowo-rekreacyjnych w różnych placówkach o różnorodnych (przedszkola, szkoły, uczelnie, domy dziecka) oraz w stowarzyszeniach i klubach sportowych. 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).	10
Literatura	
Podstawowa	
Gospodarek J., Prawo w turystyce i rekreacji, Warszawa 200	
Strugarek J., Organizacja i prowadzenie imprez sportowych, rekreacyjnych i turystycznych, UAM, Poznań 2007	
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	20
Konsultacje z prowadzącym	0
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	20
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	0
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	10
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	50	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	20	0,8
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	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 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 gimnastyki korekcyjnej				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Psychologia rozwojowa				
Course / group of courses:	Developmental Psychology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-GK				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169894	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	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Waław Srebro				
Prowadz cy zaj cia:	dr Waław Srebro				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Student zaliczył kurs psychologii na I roku studiów			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 proces rozwoju ucznia w okresie dzieci stwa, adolescencji i wczesnej dorosło ci: rozwój fizyczny, motoryczny i psychoseksualny, rozwój procesów poznawczych (my lenie, mowa, spostrzeganie, uwaga i pam i ), rozwój społeczno-emocjonalny i moralny, zmiany fizyczne i psychiczne w okresie dojrzewania, rozwój wybranych funkcji psychicznych, norm rozwojow , rozwój i kształtowanie osobowo ci, rozwój w kontek cie wychowania, zaburzenia w rozwoju podstawowych procesów psychicznych, teorie integralnego rozwoju ucznia, dysharmonie i zaburzenia rozwojowe u uczniów, zaburzenia zachowania, zagadnienia: nie miało ci i nadpobudliwo ci, szczególnych uzdolnie , zaburze funkcjonowania w okresie dorastania, obni enia nastroju, depresji, krystalizowania si to samo ci, dorosło ci, identyfikacji z nowymi rolami społecznymi, a tak e kształtowania si stylu ycia	B.1.W02	kolokwium

2	ma pogłębioną wiedzę o rozwoju psychicznym człowieka, rozumie prawidłowe i nieprawidłowe relacje interpersonalne i społeczne, zachodzące między nimi i zakłócenia	WF2_W03	kolokwium
3	przekazuje podopiecznym idee uczenia się przez całe życie, potrafi aktywizować uczniów, wdraża ich do samokontroli, potrafi ocenić wkład pracy i postępy poczynione przez jego podopiecznych w sposób motywujący wychowanków	WF2_U15	wykonanie zadania
4	jest gotów do krytycznej oceny swojej wiedzy i dokona jej, umie korzystać z dorobku innych i wie kiedy zasięgnąć opinii specjalisty	WF2_K01	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykłady z wykorzystaniem środków audiowizualnych natomiast wyczenia z elementami zajęć warsztatowych, prezentacjami studentów oraz panelami dyskusyjnymi.)

#### Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

##### wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

##### umiejętności:

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

Zaliczenie z ocen semestr na podstawie obecności, aktywności na zajęciach i oceny z pisemnego sprawdzianu wiadomości

#### 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: 2

Forma zajęć: **wykład**

- Indywidualny charakter zmian rozwojowych w kontekście zasobów psychologicznych.  
- Różnice indywidualne w rozwoju psychicznym.  
- Matryca rozwojowa w ocenie poziomu rozwoju psychologicznego.  
- Kształtowanie się osobowości w kontekście zmiany rozwojowej.  
- Rozwój społeczny i emocjonalny w procesie przygotowania do uczestnictwa w życiu zbiorowym i tworzenia nowych relacji interpersonalnych  
- Dynamika i zakres zachowań emocjonalno-społecznych w okresie adolescencji.  
- Konformizm moralny jako przejaw moralności okresu dorastania.  
- Rozwój psychoseksualny. Przyjaźń heteroseksualna. Miłość i kontakty seksualne.

15

Forma zajęć: **wyczenia praktyczne**

- Badanie rozwoju psychicznego człowieka w aktywności sportowej  
- Problematyka dorastania w kontekście rozwojowym  
- Główne zadania rozwojowe okresu dorastania: samopoznanie i samookreślenie w kontekście rozwoju psychomotorycznego.  
- Psychologiczne problemy uzależnienia w okresie dojrzewania  
- Relacje młodzieży z rodziną. Patologia rodziny.  
- Wychowanie jako czynnik rozwoju jednostki w zakresie związków społecznych.  
- Matryca rozwojowa w ocenie poziomu rozwoju psychologicznego – praktyczne zastosowanie.  
- Interakcje wychowawcze i ich rodzaje. Strategia działań wychowawczych.  
- Wczesna dorosłość. Zadania jednostki w tym okresie.  
- Funkcjonowanie ludzi starszych się w kontekście aktywności fizycznej.

15

<b>Literatura</b>
Podstawowa
Kaja B.M. , Psychologia wspomaganie rozwoju. Zrozumie wiat ycia czlowieka., GWP, Gda sk 2010
Przetacznik –Gierowska M., Włodarski Z. , Psychologia wychowawcza, Wyd. Nauk, PWN, Warszawa 2002
Schaffer R.H. , Psychologia rozwojowa. Podstawowe poj cia., Wyd. Uniwersytetu Jagiello skiego, Kraków 2010
Strelau J. (red.) , Psychologia. Podr cznik akademicki, GWP, Gda sk 200
Trempała J. (red.) , Psychologia rozwoju czlowieka, Wyd. Nauk. PWN, Warszawa 2011
Uzupełniaj ca

**Dane jako ciowe**

<b>Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]	
Udział w zaj ciach	<b>30</b>	
Konsultacje z prowadz cym	<b>0</b>	
Udział w egzaminie	<b>1</b>	
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>0</b>	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>10</b>	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	<b>9</b>	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>0</b>	
Inne	<b>0</b>	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	<b>31</b>	<b>1,2</b>
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	20	0,8

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 .

# SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

## Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Psychologia społeczna				
Course / group of courses:	Social Psychology				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169719	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	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>45</b>		<b>3</b>
Koordinator:	dr hab. Janusz Zdebski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Janusz Zdebski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Uko czony kurs psychologii ogólnej			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 tre ci nauczania i typowe trudno ci uczniów zwi zane z ich opanowaniem	1.1.14	kolokwium
3	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 pami , rol uwagi, emocje i motywacje w procesach regulacji zachowania, zdolno ci i uzdolnienia, psychologi ró nic indywidualnych - ró nice w zakresie inteligencji, temperamentu, osobowo ci i stylu poznawczego	B.1.W01	kolokwium

4	zna i rozumie proces rozwoju ucznia w okresie dzieci stwa, adolescencji i wczesnej dorosło ci: rozwój fizyczny, motoryczny i psychoseksualny, rozwój procesów poznawczych (my lenie, mowa, spostrzeganie, uwaga i pamí ), rozwój społeczno-emocjonalny i moralny, zmiany fizyczne i psychiczne w okresie dojrzewania, rozwój wybranych funkcji psychicznych, norm rozwojow , rozwój i kształtowanie osobowo ci, rozwój w kontek cie wychowania, zaburzenia w rozwoju podstawowych procesów psychicznych, teorie integralnego rozwoju ucznia, dysharmonie i zaburzenia rozwojowe u uczniów, zaburzenia zachowania, zagadnienia: nie miało ci i nadpobudliwo ci, szczególnych uzdolnie , zaburze funkcjonowania w okresie dorastania, obni enia nastroju, depresji, krystalizowania si to samo ci, dorosło ci, identyfikacji z nowymi rolami społecznymi, a tak e kształtowania si stylu ycia	B.1.W02	kolokwium
5	zna i rozumie teori spostrzegania społecznego i komunikacji: zachowania społeczne i ich uwarunkowania, sytuacj interpersonaln , empati , zachowania asertywne, agresywne i uległe, postawy, stereotypy, uprzedzenia, stres i radzenie sobie z nim, porozumiewanie si ludzi w instytucjach, reguły współdziałania, procesy komunikowania si , bariery w komunikowaniu si , media i ich wpływ wychowawczy, style komunikowania si uczniów i nauczyciela, bariery w komunikowaniu si w klasie, ró ne formy komunikacji - autoprezentacj , aktywne słuchanie, efektywne nadawanie, komunikacj niewerbaln , porozumiewanie si emocjonalne w klasie, porozumiewanie si w sytuacjach konfliktowych;	B.1.W03	kolokwium
6	zna i rozumie proces uczenia si : modele uczenia si , w tym koncepcje klasyczne i współczesne uj cia w oparciu o wyniki bada neuropsychologicznych, metody i techniki uczenia si z uwzgl dnieniem rozwijania metapoznania, trudno ci w uczeniu si , ich przyczyny i strategie ich przewyci nia, metody i techniki identyfikacji oraz wspomagania rozwoju uzdolnie i zainteresowa , bariery i trudno ci w procesie komunikowania si , techniki i metody usprawniania komunikacji z uczniem oraz mi dzy 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 trudno ciami, stres i nauczycielskie wypalenie zawodowe.	B.1.W05	kolokwium
8	posiada poszerzon wiedz na temat wychowania i kształcenia, zna terminologi zwi zan z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka	WF2_W02	kolokwium
9	ma pogł bion wiedz o rozwoju psychicznym człowieka, rozumie prawidłowo ci rz dz ce zwi zkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodz ce mi dzy nimi relacje i zakłócenia	WF2_W03	kolokwium
10	potrafi obserwowa sytuacje i zdarzenia pedagogiczne, analizowa je z wykorzystaniem wiedzy pedagogiczno-psychologicznej oraz proponowa rozwi zania problemów	1.2.01	wykonanie zadania
11	potrafi obserwowa procesy rozwojowe uczniów;	B.1.U01	wykonanie zadania
12	potrafi obserwowa zachowania społeczne i ich uwarunkowania;	B.1.U02	wykonanie zadania
13	potrafi skutecznie i wiadomie komunikowa si ;	B.1.U03	wykonanie zadania
14	potrafi porozumie si w sytuacji konfliktowej;	B.1.U04	wykonanie zadania
15	potrafi rozpoznawa bariery i trudno ci uczniów w procesie uczenia si ;	B.1.U05	wykonanie zadania
16	potrafi identyfikowa potrzeby uczniów w rozwoju uzdolnie i zainteresowa ;	B.1.U06	wykonanie zadania
17	potrafi radzi sobie ze stresem i stosowa strategie radzenia sobie z trudno ciami;	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	posiada pogłębione umiejętności pedagogiczne związane z prowadzeniem procesu nauczania	WF2_U04	wykonanie zadania
20	jest gotów do posługiwania się uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w działalności zawodowej, kierując się szacunkiem dla każdego człowieka	1.3.01	obserwacja zachowa
21	jest gotów do autorefleksji nad własnym rozwojem zawodowym;	B.1.K01	obserwacja zachowa
22	jest gotów do wykorzystania zdobytej wiedzy psychologicznej do analizy zdarzeń pedagogicznych.	B.1.K01, B.1.K02	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(Wykład z uwzględnieniem multimedialności, dyskusja problemowa, praca w zespole)

#### 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 oraz ocena pozytywna ze sprawdzianu oraz kolokwium końcowego

#### Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z podstawami psychologii społecznej : funkcjonowanie człowieka w środowisku społecznym, relacje jednostka- grupa, jednostka ? jednostka. Praktyczne zastosowanie wiedzy i umiejętności w pracy zawodowej.

#### Content of the study programme (short version)

#### Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zajęć : **wykład**

- Człowiek jako podmiot w relacjach społecznych. Podstawowe pojęcia i źródła wiedzy psychologii społecznej
- Poznanie społeczne – uwaga i odbiór informacji społecznej .Schematy i ich oddziaływanie. Błąd w wydawaniu sądów społecznych.
- Postrzeganie i ocenianie ludzi. Rola komunikatów niewerbalnych. Teorie atrybucji.
- Potrzeba uzasadniania swoich zachowań . Dysonans poznawczy i sposoby jego redukcji. Pułapki racjonalizacji.
- Postawy i zmiany postaw. Siła perswazji i wpływ reklamy.
- Konformizm, informacyjny i normatywny wpływ społeczny.
- Relacje interpersonalne w grupie społecznej. Mechanizmy współpracy i konfliktu.
- Zachowania prospołeczne, ich geneza i determinanty.
- Człowiek wobec ekstremalnych sytuacji społecznych, Hiperuległość , dehumanizacja, wyuczona bezradność .

15

Forma zajęć : **wiczenia audytoryjne**

- Rola psychologii społecznej w wyjaśnianiu i zrozumieniu zachowań innych ludzi
- Wpływ sytuacji społecznych na procesy spostrzegania, pamięci, motywacji i osiągnięć.
- Postrzeganie siebie i innych
- Postawy deklarowane z realizowane w zachowaniu. Mechanizmy zmiany postaw.
- Atrakcyjność interpersonalna i jej uwarunkowania

30



-Agresja w relacjach międzyludzkich. - Stereotypy , uprzedzenia, dyskryminacja – przyczyny i środki zaradcze -Sztuka przekonywania i perswazji .Podstawowe techniki psychomanipulacji i obrony.	30
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

**Literatura**

Podstawowa

Aronson E., Wilson T. Akert R. , Psychologia społeczna, Zysk i S-ka, Poznań 2007

Cialdini R. , Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka, GWP , Gdańsk 2007

Doliński D. , Techniki wpływu społecznego , Wyd. Naukowe Scholar, Warszawa 2011

Wojciszke B., Psychologia społeczna, Wyd. Nauk. Scholar, Warszawa 2011

Wojciszke B., Doliński D. , Psychologia społeczna, GWP , Gdańsk 2015

Uzupełniająca

**Dane jako ciowe**

Przyporządkowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>		
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obciążenia studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	45	
Konsultacje z prowadzącym	2	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	5	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	10	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	13	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>75</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>3</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	47	1,9
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:	Instruktor przygotowania motorycznego				
Nazwa zaj / grupy zaj :	Psychologia sportu				
Course / group of courses:	Psychology of Sport				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z-IS				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169919	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	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr hab. Janusz Zdebski				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Janusz Zdebski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Uko czony kurs psychologii ogólnej			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 proces rozwoju ucznia w okresie dzieci stwa, adolescencji i wczesnej dorosło ci: rozwój fizyczny, motoryczny i psychoseksualny, rozwój procesów poznawczych (my lenie, mowa, spostrzeganie, uwaga i pam i ), rozwój społeczno-emocjonalny i moralny, zmiany fizyczne i psychiczne w okresie dojrzewania, rozwój wybranych funkcji psychicznych, norm rozwojow , rozwój i kształtowanie osobowo ci, rozwój w kontek cie wychowania, zaburzenia w rozwoju podstawowych procesów psychicznych, teorie integralnego rozwoju ucznia, dysharmonie i zaburzenia rozwojowe u uczniów, zaburzenia zachowania, zagadnienia: nie miało ci i nadpobudliwo ci, szczególnych uzdolnie , zaburze funkcjonowania w okresie dorastania, obni enia nastroju, depresji, krystalizowania si to samo ci, dorosło ci, identyfikacji z nowymi rolami społecznymi, a tak e kształtowania si stylu ycia	B.1.W02	kolokwium

2	posiada poszerzon wiedz na temat wychowania i kształcenia, zna terminologi zwi zan z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka	WF2_W02	kolokwium
3	ma pogł bion wiedz o rozwoju psychicznym człowieka, rozumie prawidłowo ci rz dz ce zwi zkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodz ce mi dzy nimi relacje i zakłócenia	WF2_W03	kolokwium
4	zna teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si , ma pogł bion wiedz na temat praw wyja niaj cych mechanizmy oddziaływania na ciało i psychik wychowanka w procesie edukacji i zna zastosowania praktyczne tej wiedzy w działalno ci zawodowej	WF2_W05	kolokwium
5	zna specyfik działalno ci sportowej w sensie społecznym, psychologicznym i biologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca	WF2_W13	kolokwium
6	potrafi skutecznie i wiadomie komunikowa si ;	B.1.U03	wykonanie zadania
7	potrafi porozumie si w sytuacji konfliktowej;	B.1.U04	wykonanie zadania
8	potrafi rozpoznawa bariery i trudno ci uczniów w procesie uczenia si ;	B.1.U05	wykonanie zadania
9	potrafi radzi sobie ze stresem i stosowa strategie radzenia sobie z trudno ciami;	B.1.U07	wykonanie zadania
10	jest gotów do profesjonalnego rozwi zywania konfliktów w klasie szkolnej lub grupie wychowawczej	B.2.K02	obserwacja zachowa

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

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

#### 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 oraz ocena pozytywna ze sprawdzianu oraz egzaminu ko cowego. Kryteria : 90-100% punktów bdb 89-85% plus db , 84-71% db, 70-66% plus dst. , 50-65% dst

#### Tre ci programowe (opis skrócony)

Kurs obejmuje podstawowe problemy psychologii sportu ze szczególnym uwzgl dnieniem sportu dzieci i młodzie y.

#### Content of the study programme (short version)

#### Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 2

Forma zaj : **wykład**

Przedmiot, cele i zadania psychologii sportu.

Sytuacja sportowa – prototyp psychospołeczny. Modele działania w sytuacji sportowej

Strategie rozwoju osi gni sportowych i aktywno ci fizycznej.

Radzenie sobie ze stresem w sporcie

Wsparcie społeczne w sporcie. Sytuacje kryzysowe w sporcie a zapotrzebowanie na wsparcie społeczne.

Motywacja w sporcie. Dynamika procesu. Sposoby motywowania dzieci i młodzie y.

Grupa sportowa. Skuteczne kierowanie. Komunikowanie grupowe. Spójno grupy

15

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

<p>Uwaga w sporcie .Style uwagi Nideffera.</p> <p>Emocje w sporcie. Przebieg emocji przedstartowych, w trakcie zawodów i po nich.</p> <p>Sport i aktywno fizyczna a jako ycia.</p> <p>Rozwój i kształtowanie zainteresowa sportowych.</p> <p>Psychologiczne aspekty wczesnego uprawiania sportu</p> <p>Wspomaganie mentalne w sporcie</p> <p>Patologia widowiska sportowego</p> <p>Analiza psychologiczna wybranej dyscypliny sportu.</p>	15
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

<b>Literatura</b>
Podstawowa
Blecharz J., Sieka ska M. (red.) , Praktyczna psychologia sportu. Wykorzystanie koncepcji psychologicznych w sporcie, AWF, Kraków 2009
Gracz J., Sankowski T., Psychologia aktywno ci sportowej, AWF, Pozna 2007
Jarvis M. , Psychologia sportu, GWP, Gda sk 2003
Krawczy ski M. (red.) , Psychologia sportu dzieci i młodzie y Wybrane zagadnienia. , Pomorska Federacja Sportu., Gda sk 2010
Łuszczyska A., Psychologia sportu i aktywno ci fizycznej. Zagadnienia kliniczne., PWN , Warszawa 2011
Uzupełniaj ca

#### Dane jako ciowe

<b>Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej</b>	<b>nauki o kulturze fizycznej</b>	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
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	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	3	
Przygotowanie do kolokwów i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	33	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	15	0,6

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 :	Reedukacja posturalna				
Course / group of courses:	Motor Re-education				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169732	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr hab. Agnieszka Jankowicz-Szyma ska				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Agnieszka Jankowicz-Szyma ska				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo anatomii topograficznej i czynno ciowej człowieka, fizjologii człowieka, umiejo tno ci z zakresu metodyki nauczania ruchu			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 zagadnienie edukacji wł czaj cej, a tak e sposoby realizacji zasady inkluzji	1.1.05	kolokwium
2	zna i rozumie prawa dziecka i osoby z niepełnosprawno ci	1.1.10	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	ma wiedz na temat budowy organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, dysponuje wiedz na temat nieprawidłowo ci postawy ciała, wad postawy ciała i zaburze przebiegu ruchu	WF2_W04	kolokwium

5	potrafi wykorzystywać proces oceniania i udzielania informacji zwrotnych do stymulowania uczniów w ich pracy nad własnym rozwojem	1.2.10	wykonanie zadania
6	potrafi monitorować postępy uczniów, ich aktywność i uczestnictwo w życiu społecznym szkoły	1.2.11	wykonanie zadania
7	potrafi dokonać oceny postawy ciała oraz rozpoznać podstawowe schorzenia narządu ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, dobra metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom	WF2_U19	wykonanie zadania
8	posiada umiejętność posługiwania się podstawowym sprzętem służącym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosować właściwe metody badawcze, potrafi ocenić podstawowe parametry opisujące ruch, np. zakres ruchu	WF2_U20	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)</b>			
(objaśnienie, metoda problemowa, wiczenia praktyczne)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się</b>			
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Obecność na zajęciach, zaliczenie z ocen na podstawie średniej z ocen cząstkowych			
<b>Treści programowe (opis skrócony)</b>			
Umiejętność postrzegania aktów ruchowych człowieka w różnym ujęciu procesu uczenia się i nauczania ruchów z uwzględnieniem aspektów rozwojowych i metodyki nauczania ruchów; wykorzystywania różnych form aktywności w nauczaniu ruchów oraz planowaniu i kontrolowaniu procesu opanowywania umiejętności ruchowych.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Treści programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 2			
Forma zajęć : <b>wiczenia praktyczne</b>			
Kształcenie umiejętności ruchowych Akty ruchowe w różnych ujęciach - rozwojowym, kinezyologicznym i ergonomicznym. Uczenie się i nauczanie czynności ruchowych Uwarunkowania i możliwości motorycznej edukacji i reedukacji Etapy opanowywania czynności ruchowych Edukacja i reedukacja posturalna Reedukacja chodu Reedukacja funkcji kończyn górnych Ogólna systematyka wiczeń Układ ciała jako wiczenie lub pozycja wyjściowa do wiczeń wiczenia elongacyjne, w stabilizujących tułowia, w oddechowe i otwierające klatki piersiowej i kończyn dolnych, w na powierzchniach niestabilnych, w funkcjonalne, w wg Felfenkreisa, reedukacja w skoliozie			30
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Comeford M, Mottran S. , Kinetik control. Ocena i reedukacja niekontrolowanego ruchu, Edra Urban & Partner, Wrocław 2016			
Feldenkrais M., wiadomo poprzez ruch, Virgo 2012			
Johnson Jane , Korekcja postawy ciała, Edra Urban & Partner, Wrocław 2016			

## 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		0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj		0	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu		9	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.		9	
Inne		0	
Sumaryczne obci enie prac studenta		50	
Liczba punktów ECTS			
Liczba punktów ECTS		2	
Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego		L. godzin	ECTS
		32	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym		L. godzin	ECTS
		40	1,6

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 magisterskie				
Course / group of courses:	M.A. Seminar				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169748	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	14	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	2	Semestr:	3, 4		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
2	3	S	30	Zaliczenie z ocen	4
	4	S	30	Zaliczenie z ocen	10
<b>Razem</b>			<b>60</b>		<b>14</b>
Koordynator:	dr Andrzej Nosiadek				
Prowadz cy zaj cia:	dr hab. Andrzej Nowakowski, prof. dr hab. Ryszard arów				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Znajomo podstawowej metodologii bada wyniesiona ze studiów licencjackich			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrąfi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	posiada umiej tno pisemnego przedstawienia programu zamierzonych działań oraz dokumentowania wyników pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych wykorzystuj c posiadán wiedz	WF2_U03	wykonanie zadania
2	potrafi wła ciwie dobiera ró dła informacji, dokonywa korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych	WF2_U05	wykonanie zadania
3	potrafi interpretowa dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała, sprawno ci fizycznej lub efektami treningu sportowego	WF2_U06	wykonanie zadania
4	potrafi uczestniczy w debacie, zaprezentowa ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le w sposób precyzyjny i merytoryczny, wykorzystuj c przy tym wiedz innych autorów oraz	WF2_U12	wykonanie zadania



4	praw i teorii z zakresu kultury fizycznej, komunikowa si na tematy specjalistyczne z ró nymi kr gami odbiorców	WF2_U12	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(Aktywne współdziałanie magistrantów z prowadz cym seminarium (promotorem) w toku całego seminarium.)			
<b>Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si</b>			
<b>umiej tno ci:</b>			
ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)			
<b>Warunki zaliczenia</b>			
Wypełnienie warunków stawianych przez osob prowadz c seminarium (promotora), rzetelne i terminowe uko czenie pracy b d jej istotnych fragmentów			
<b>Tre ci programowe (opis skrócony)</b>			
Systematycznie sporz dzanie pracy dyplomowej (magisterskiej) zgodnie z zalecanymi współczesnymi zasadami metodologii nauk.			
<b>Content of the study programme (short version)</b>			
<b>Tre ci programowe</b>			
			Liczba godzin
Semestr: 3			
Forma zaj : <b>seminarium dyplomowe</b>			
Przedstawienie przez prowadz cego warunków formalno-merytorycznych przyszłej pracy. Wskazanie zakresu tematyczno-chronologicznego bada . Ustalenie narz dzi badawczych, zgodnie z charakterem pracy.			30
Semestr: 4			
Forma zaj : <b>seminarium dyplomowe</b>			
Bie ca kontrola i weryfikacja pracy. Finalizacja pracy (kontrola antyplagiatowa), dopuszczenie jej do obrony i ko cowy egzamin magisterski.			30
<b>Literatura</b>			
Podstawowa			
Kuc.R.B , Funkcje nauki. Wst p do metodologii. Nauka nie jest gr , Warszawa 2012			
Zenderowski J. , Praca magisterska, licencjat: krótki przewodnik po metodologii pisania i obrony pracy dyplomowej, Warszawa 2009			
Zieli ski J., Metodologia pracy naukowej, Warszawa 2012			
Uzupełniaj ca			

#### Dane jako ciowe

Przyporz dkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>	
Forma nakładu pracy studenta (udział w zaj ciach, aktywno , przygotowanie sprawozdania, itp.)	Obci enia studenta [w godz.]
Udział w zaj ciach	<b>60</b>
Konsultacje z prowadz cym	<b>40</b>
Udział w egzaminie	<b>0</b>
Bezpo redni kontakt z nauczycielem - inne	<b>10</b>
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	<b>85</b>
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	<b>80</b>
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	<b>60</b>

Inne	15	
Sumaryczne obciążenie prac studenta	350	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
Liczba punktów ECTS	14	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	110	4,4
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	200	8,0

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: narciarstwo alpejskie				
Course / group of courses:	Optional Sport: Alpine Skiing				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169758	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	S	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Mariusz Pocięcha				
Prowadz cy zaj cia:	dr Piotr Kuczek, mgr Przemysław Markowicz, dr Mariusz Pocięcha				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Zaliczony kurs narciarstwa alpejskiego na poziomie studiów I stopnia			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	w pogł bionym stopniu zna poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna społeczno-kulturowo warto kultury fizycznej i zło one zale no ci mi dzy nimi	WF2_W01	kolokwium
2	ma uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	kolokwium
3	posiada wysokie umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki w poszczególnych dyscyplinach	WF2_U01	wykonanie zadania

4	posiada umiejętność działania podstawowych dyscyplin sportu na poziomie sportu młodzieżowego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiodące role	WF2_U11	wykonanie zadania
5	docenia znaczenie profesjonalizmu w kulturze fizycznej, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów wypełniając w ten sposób zobowiązania społeczne	WF2_K02	obserwacja zachowa

#### Stosowane metody osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (metody dydaktyczne)

(omówienie, instruktaż, pokaz;  
prezentacja multimedialna;  
metody: zabawowa, zadaniowa, analityczna, syntetyczna, kompleksowa)

#### 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

Zaliczenie praktyczne jazdy na nartach, sprawdzian wiadomości w formie pisemnej

#### Treści programowe (opis skrócony)

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

#### Content of the study programme (short version)

#### Treści programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

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

1. Doskonalenie podstawowych elementów techniki narciarstwa zjazdowego - 6h.
2. Doskonalenie skrótów z półpługu i podstawowych skrótów równoległych - 5h.
3. Doskonalenie skrótów równoległego NW - 5h.
4. Doskonalenie migu - 5h.
5. Jazda terenowa w różnych warunkach niegowiska - 5h.
6. Zaliczenie praktyczne - 3h.
7. Zaliczenie teoretyczne - 1h.

30

#### Literatura

##### Podstawowa

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

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	
Bezporedni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zaj	10	
Przygotowanie do kolokwiów i egzaminu	8	
Indywidualna praca własna studenta z literatur, wykładami itp.	0	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezporedniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	32	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	45	1,8

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

W sekcji 'Liczba punktów ECTS' suma punktów ECTS zajęć wymagających bezporedniego 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: wspinaczka				
Course / group of courses:	Optional Sport: Climbing				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169759	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1	S	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordynator:	mgr Marcin Bibro				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Marcin Bibro				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Wiadomo ci i umiej tno ci z metodyki nauczania ruchu oraz podstaw ksztalcenia ruchowego, minimum rednia sprawno fizyczna			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk wspinaczki sportowej, zna przepisy, oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF2_W06	wypowied ustna
2	posiada wystarczaj ce umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych konkurencji wspinaczkowych, prezentuje poziom sprawno ci ruchowej umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki we wspinaczcze	WF2_U01	wykonanie zadania
3	posiada umiej tno s dziowania podstawowych konkurencji wspinaczkowych na poziomie sportu młodzie owego, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c rol	WF2_U11	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(pokaz, instrukta , działanie praktyczne - indywidualne i grupowe, samokształcenie)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)	
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 sztucznymi ścianami 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)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : <b>wiczenia specjalistyczne (sportowe)</b>	
Zasady bezpieczeństwa na zajęciach wspinaczkowych. Regulamin korzystania z sali gimnastycznej, ścianki wspinaczkowej. Zasady asekuracji: właściwe ubranie i zapinanie uprzędy, przywiązanie do niej liny, asekuracja na wspinaczce (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 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	0
Udział w egzaminie	0
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	10
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	8
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	2
Inne	0

Sumaryczne obciążenie prac studenta	50	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	30	1,2
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,6

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 osób niepełnosprawnych				
Course / group of courses:	Sport for the Disabled				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169722	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
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	mgr Bartłomiej Tott				
Prowadz cy zaj cia:	mgr Bartłomiej Tott				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Wiadomo ci i umiej tno ci z metodyki nauczania ruchu oraz podstaw kształcenia ruchowego. Podstawy lekkoatletyki oraz gier zespołowych osób niepełnosprawnych.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 uporz dkowan wiedz , obejmuj c terminologi , teori i metodyk ró nych dyscyplin sportowych w sporcie osób niepełnosprawnych, zna przepisy maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu paraolimpijskiego oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy w treningu z osobami z niepełnosprawno ciami	WF2_W06	kolokwium
2	ma rozbudowan wiedz z zakresu profilaktyki urazów sportowych, rozumie potrzeb i specyfik prowadzenia wicze ruchowych z osobami z niepełnosprawno ciami które s sprawne w ró nym stopniu oraz niepełnosprawnymi w grupie młodzie y i dorosłych	WF2_W08	kolokwium
3	zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych w rodowisku sportu osób niepełnosprawnych, rozumie potrzeb	WF2_W14	kolokwium

3	przestrzegania podstaw prawnych i dostrzega inne uwarunkowania, zna podstawy klasyfikacji medycznej obowi zuj cej w sporcie osób niepełnosprawnych	WF2_W14	kolokwium
4	potrafi promowa zachowania zdrowotne i wykorzystywa je do zwalczania dysproporcji, dyskryminacji oraz wykluczenia społecznego osób niepełnosprawnych	WF2_U09	wykonanie zadania
5	posiada umiej tno ci s dziowania podstawowych dyscyplin sportu osób niepełnosprawnych, współdziała z innymi, kieruje prac zespołów i podejmuje w nich wiod c role	WF2_U11	wykonanie zadania
6	docenia znaczenie profesjonalizmu w kulturze fizycznej, zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów wypełniaj c w ten sposób zobowi zania społeczne	WF2_K02	obserwacja zachowa

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

(wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji i demonst racj przykładów, odczyt, obja nienie (wyja nienie, omówienie), metody aktywizuj ce, metoda problemowa ,metoda sytuacyjna pokaz, prezentacja, materiał audiowizualny, zaj cia terenowe, 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

Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecno ci, ocena pozytywna z zaliczenia ko owego, aktywno na wiczeniach np. w formie opracowania referatów.

Aktywno uczestnika na zaj ciach, kolokwia i sprawdziany praktyczne zaliczone na ocen pozytywn .

Ocena efektów kształcenia na podstawie:

- frekwencji zgodnej z Regulaminem studiów w PWSZ;

- zaliczenia kolokwium z pytaniami otwartymi, na ocen :

93% - 100 % max liczby punktów - bardzo dobry

88% - 92% max liczby punktów - plus dobry

80% - 87% max liczby punktów - dobry

75% - 79% max liczby punktów - plus dostateczny

60% - 74% max liczby punktów - dostateczny

Szczegółowe kryteria oceny prezentowane s na pierwszych zaj ciach w danym semestrze.

#### Tre ci programowe (opis skrócony)

Historia i współczesno oraz perspektywy rozwoju sportu niepełnosprawnych. Zapoznanie z przepisami i klasyfikacj w sporcie niepełnosprawnych.

Specyfika wybranych konkurencji paraolimpijskich. Przygotowanie zawodnika oraz organizacja zawodów i specyfika s dziowania wybranych dyscyplin paraolimpijskich.

#### Content of the study programme (short version)

#### Tre ci programowe

Liczba godzin

Semestr: 1

Forma zaj : **wykład**

Podstawowe przepisy s dziowania wybranych dyscyplin paraolimpijskich (lekkoatletyk, piłka siatkowa, goalball). Specyfika treningu i przygotowania do zawodów osoby niepełnosprawnej. Praktyczne zapoznanie si z wybranymi konkurencjami i dyscyplinami paraolimpijskimi.

15

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Wprowadzenie do przedmiotu i podstawowe poj cia. Historia paraolimpizmu i jego rozwój we współczesnym wiecie. Klasyfikacja niepełnosprawno ci i grupy IPC. Sprz t sportowy stosowany w sporcie niepełnosprawnych ze szczególnym uwzgl dnieniem ich odr bno ci i wyj tkowo ci.

15

#### Literatura

Podstawowa
Bolach E. , Sportowe gry zespołowe w uprawianiu osób niewidomych, AWF, Wrocław 1999
Kosmol A. , Teoria i praktyka sportu niepełnosprawnych, AWF, Warszawa 2008
Molik B.: Morgulec-Adamowicz N,., Kosmol A., Zespołowe gry sportowe osób niepełnosprawnych
PKPar , Dyscypliny Paraolimpijskie, Warszawa 2017
PZSN Start , VADEMECUM Sport Niepełnosprawnych, Warszawa 2007
Uzupełniają ca

#### Dane jako ciowe

Przyporzkowanie zaj /grup zaj do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób okre lenia liczby punktów ECTS</b>		
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	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze , zaj	8	
Przygotowanie do kolokwiiów i egzaminu	6	
Indywidualna praca własna studenta z literatur , wykładami itp.	4	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obci enie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zaj cia wymagaj ce bezpo redniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	32	1,3
Zaj cia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	25	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 :	Statystyka matematyczna				
Course / group of courses:	Mathematical Statistics				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169754	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	fakultatywny		
Rok studiów:	1	Semestr:	2		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	2	ZTI	30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Umiej tno wykonywania oblicze i tworzenia wykresów w programie MS Excel			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 programy komputerowe i testy statystyczne oraz metody obliczeniowe stosowane celem wymiernego wyra nia obserwacji poczynionych w praktyce sportowej, wychowawczej i korekcyjnej	WF2_W09	wykonanie zadania
2	posiada umiej tno pisemnego przedstawienia programu zamierzonych działa oraz dokumentowania wyników pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych wykorzystuj c posiadán wiedz	WF2_U03	wykonanie zadania
3	potrafi wła ciwie dobrać ró dła informacji, dokonywa korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych	WF2_U05	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
( wiczenia, pokaz i obja nienie z wykorzystaniem rodków audiowizualnych.)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)	
Warunki zaliczenia	
Zaliczenie z oceną na podstawie pozytywnej oceny 60% wicze przesyłanych z wykorzystaniem poczty internetowej oraz zaliczenia kolokwium.	
Treści programowe (opis skrócony)	
Zastosowanie programu Statistica (StatSoft Polska) do obliczeń statystycznych. Zastosowanie rozszerzonych sposobów obliczania i diagnozowania w statystyce	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 2	
Forma zajęć : <b>zajęcia z technologii informacyjnych</b>	
Praktyczne obliczanie podstawowych charakterystyk dla prób jednej zmiennej. Narzędzia statystyki opisowej dostępne w programie Statistica. Tworzenie histogramu i dystrybuanty. Praktyczne wiczenia w zastosowaniu wybranych testów istotności. Poszerzone zagadnienia testu T studenta i testu Shapiro-Wilka. Poszerzone informacje obliczeń regresji i korelacji; test istotności korelacji, prognozowanie.	30
Literatura	
Podstawowa	
Adam Łomnicki, Wprowadzenie do statystyki dla przyrodników, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2003	
Mieczysław Sobczyk, Statystyka,, Wydawnictwo Naukowe PWN SA, Warszawa 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.)	Obciążenie studenta [w godz.]	
Udział w zajęciach	30	
Konsultacje z prowadzącym	0	
Udział w egzaminie	0	
Bezpośredni kontakt z nauczycielem - inne	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	4	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	12	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	4	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
Liczba punktów ECTS		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	30	1,2

Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	40	1,6

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 :	Turystyka i rekreacja				
Course / group of courses:	Tourism and Recreation				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169723	Kod Erasmus:			
Punkty ECTS:	2	Rodzaj zaj :	obowi zkowy		
Rok studiów:	1	Semestr:	1		
<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Forma zaj</b>	<b>Liczba godzin</b>	<b>Forma zaliczenia</b>	<b>ECTS</b>
1	1		30	Zaliczenie z ocen	2
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	mgr 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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Efekty uczenia si po pierwszym stopniu studiów z zakresu teorii turystyki i rekreacji.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 rozbudowan wiedz z zakresu profilaktyki urazów sportowych, rozumie potrzeb i specyfik prowadzenia wicze ruchowych z osobami sprawnymi, wybitnie sprawnymi oraz niepełnosprawnymi w grupie młodzie y i dorosłych	WF2_W08	kolokwium
2	potrafi organizowa i zarz dza imprez sportow w oparciu obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF2_U18	wykonanie zadania
<b>Stosowane metody osi gania zakładanych efektów uczenia si (metody dydaktyczne)</b>			
(wykład tradycyjny z wykorzystaniem prezentacji obja nienie, wykład problemowy wykład konwersatoryjny, metoda problemowa, metoda sytuacyjna, wycieczka, zaj cia terenowe, samokształcenie.)			

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się	
<b>wiedza:</b> ocena kolokwium (ocena kolokwium)	
<b>umiejętności:</b> ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)	
Warunki zaliczenia	
Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności, ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów oraz wykonanie prezentacji 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 ruchowej do uatrakcyjnienia obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowiązkowych. Wykorzystanie różnych form turystyki do uatrakcyjnienia zajęć obowiązkowych w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowiązkowych. Wykorzystanie różnych form turystycznych do poznania regionu.	
Content of the study programme (short version)	
Treści programowe	
	Liczba godzin
Semestr: 1	
Forma zajęć : <b>wiczenia audytoryjne</b>	
Rekreacja – jako szerokie znaczenie wykorzystania czasu wolnego. Podstawowe pojęcia: rodzaje rekreacji, formy rekreacji, czas wolny i jego rodzaje – sposoby wykorzystania czasu wolnego. Determinanty czynności wolnoczasowych, funkcje rekreacji. Motywy czynności wolnoczasowych. Bariery, które ograniczają rekreację. Zachowania prozdrowotne dzieci i młodzieży, osób dorosłych oraz starszych. Zagospodarowanie czasu wolnego różnych grup społecznych. Diagnozowanie potrzeb rekreacyjnych dzieci w wieku szkolnym oraz potrzeb rekreacyjnych osób dorosłych. Najnowsze metody i rodzaje rekreacji. Współczesne narzędzia diagnostyki aktywności fizycznej. Nowoczesne formy rekreacji ruchowej, które mogą być wykorzystane do prowadzenia zajęć w szkole. Turystyka – podstawowe pojęcia: turysta, ruch turystyczny. Geneza aktywności turystycznej, turystyka jako źródło zaspokajania potrzeb ludzkich. Wakacyjny wypoczynek dzieci i młodzieży. Formy letniego i zimowego wypoczynku dzieci i młodzieży, procedury organizacji kolonii lub obozu szkolnego. Treści realizowane podczas kolonii lub obozu, zasady organizacji bezpiecznego wypoczynku. Formy turystyki szkolnej. Zasady organizacji wycieczki szkolnej. Etapy organizacji wycieczki, cele wycieczki, przepisy prawne, karta wycieczki. Atrakcyjność turystyczna na przykładzie województwa małopolskiego, podkarpackiego, świętokrzyskiego. Oferta turystyki szkolnej w biurach podróży. Bezpieczeństwo na zajęciach turystycznych. Bezpieczeństwo nad wodą, w czasie korzystania ze środków komunikacji miejskiej, w czasie poruszania się po drogach, w czasie zwiedzania miasta.	30
Literatura	
Podstawowa	
Strugarek J., Organizacja i prowadzenie imprez sportowych, rekreacyjnych i turystycznych, UAM, Poznań 2007	
Wojtasik L., Tauber R.D., Turystyka i rekreacja we współczesnym świecie, Wydział Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Poznań 2011	
Wojtyczka J., Organizacja turystyki młodzieży szkolnej, Kraków 2000	
Kukowska-Kowalska K., Medyczne aspekty turystyki i rekreacji, Wrocław 2005	
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	0	
Przygotowanie do laboratorium, ćwiczeń, zajęć	5	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	7	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	6	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
Liczba punktów ECTS		
Liczba punktów ECTS	2	
Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	L. godzin	ECTS
	32	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	5	0,2

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 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 :	Wychowanie prozdrowotne				
Course / group of courses:	Physical Education: Sports and Leisure Activities				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-II-21/22Z				
Nazwa bloku zaj :					
Kod zaj /grupy zaj :	169729	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	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
<b>Razem</b>			<b>30</b>		<b>2</b>
Koordinator:	dr Wiesław Wojtanowski				
Prowadz cy zaj cia:	dr Wiesław Wojtanowski				
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/ zaj cia seminaryjne, P - wiczenia praktyczne (w tym zaj cia wf), M - wiczenia specjalistyczne (medyczne/ kliniczne), LO – wiczenia laboratoryjne, LI - laboratorium informatyczne, ZTI - zaj cia z technologii informacyjnych, P – wiczenia projektowe, ZT – zaj cia terenowe, T - wiczenia terenowe na obozach programowych, SK - samokształcenie (i inne), PR - praktyka zawodowa

## Dane merytoryczne

Wymagania wst pne:			
Podstawowe wiadomo ci z zakresu zdrowego stylu ycia, ekologii i fizjologii człowieka.			
<b>Szczegółowe efekty uczenia si</b>			
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 teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si , ma pogł bion wiedz na temat praw wyja niaj cych mechanizmy oddziaływania na ciało i psychik wychowan ka w procesie edukacji i zna zastosowania praktyczne tej wiedzy w działaln ci zawodowej	WF2_W05	kolokwium
4	zna widz niezbd n do przygotowania programu zaj gimnastyki korekcyjnej dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, zna wskazania i przeciwwskazania dotycz ce rodzajów wicze i	WF2_W17	kolokwium

4	aktywno ci fizycznej dla poszczególnych rodzajów wad postawy, uwzgl dniaj c w swojej działalno ci zawodowej uwarunkowania i skutki tych działań	WF2_W17	kolokwium
5	posiada umiej tno pisemnego przedstawienia programu zamierzonych działań oraz dokumentowania wyników pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych wykorzystuj c posiadana wiedz	WF2_U03	wykonanie zadania
6	potrafi dokona oceny postawy ciała oraz rozpozna podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego dobra metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom	WF2_U19	wykonanie zadania
7	przekazuje uczniom informacje dotycz ce znaczenia jako ci postawy ciała dla zdrowia, kształtuje u uczniów postaw prozdrowotn realizuj c w ten sposób odpowiedzialn rol zawodow	WF2_K08	obserwacja zachowa

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

(obja nienie, 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**

Warunkiem zaliczenia jest prawidłowa frekwencja oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów i prezentacji.

**Tre ci programowe (opis skrócony)**

Dostarczenie, pogł bienie i doskonalenie wiadomo ci z zakresu teorii edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i ekologizmu. Wpływ aktywno ci fizycznej na funkcjonowanie organizmu. Sposoby post powania maj ce zapewni utrzymanie wydolno ci prozdrowotnej człowieka w ró nych etapach jego rozwoju. Zasady zdrowego stylu ycia (ruch, dieta oraz strona emocjonalna). Trening fizyczny i warunki jego bezpiecze stwa w wybranych jednostkach chorobowych.

**Content of the study programme (short version)**

**Tre ci programowe**

	Liczba godzin
--	---------------

Semestr: 2

Forma zaj : **wykład**

1. historia wychowania zdrowotnego, definicja zdrowia, edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz współczesne podej cie do problematyki zdrowia,
2. podstawowe poj cia ekologiczne: populacja, zasoby przyrody, ekosystem, działania na rzecz ochrony rodowiska,
3. wska niki zdrowia (długo ycia, „jako ycia”, poziom od ywienia, współczynniki chorobowo ci i umieralno ci),
4. czynniki warunkuj ce zdrowie – genetyczne i rodowiskowe (biologiczne, społeczne i ekonomiczne).
5. wielosektorowe i wielodyscyplinarne podej cie do problemów edukacji zdrowotnej i ekologicznej,
6. zachowania prozdrowotne (prawidłowa dieta, ekologia ywienia, aktywno ruchowa, znaczenie wypoczynku i rekreacji, umiej tno radzenia sobie w trudnych sytuacjach (kontrola poziomu stresu), Zasady prowadzenia treningu prozdrowotnego dla osób z nadwag i otyło ci .

15

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Przykładowe zagadnienia do prezentacji:

Wychowanie do niepalenia tytoniu.

Wychowanie do trze wo ci.

Narkotyki i rodki psychotropowe (podziały, działanie, dost pno ).

15

<p>Choroby cywilizacyjne (sercowo-naczyniowe, reumatoidalne).</p> <p>Choroby wirusowe o szczególnym znaczeniu dla zdrowia społeczeństwa – AIDS (etiologia, drogi szerzenia zakażenia, profilaktyka).</p> <p>Zagrożenia chorobami nowotworowymi (rodzaje, charakterystyka, profilaktyka)Stres i depresja we współczesnym społeczeństwie.</p> <p>Przemoc w rodzinie, wykorzystywanie seksualne dzieci – charakterystyka patologii. Problemy psychiczne młodego pokolenia: stres, depresja, bulimia, anoreksja.</p> <p>Choroby żywieniowe.</p> <p>Edukacja żywieniowa i diety żywieniowe.</p> <p>Niepełnosprawność fizyczna i psychiczna.</p> <p>Sport niepełnosprawnych.</p> <p>Doping w sporcie – rodzaje dopingu i jego wpływ na organizm.</p>	15
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

<b>Literatura</b>
Podstawowa
Demel M., Pedagogika zdrowia., WSiP, Warszawa., Warszawa. 1980 -
Kuśki H., Trening zdrowotny osób dorosłych, Medsportpress, Warszawa 2003
Rodziewicz-Gruhn J., Pyzik M., Problemy rozwoju, zdrowia, edukacji prozdrowotnej i ekologicznej, WSP, Czestochowa 1996
Słowska Z., Edukacja zdrowotna a promocja zdrowia w: Promocja zdrowia, Ignis, Warszawa 1999
Wojnarowska B., Zdrowie i szkoła., PZWS,IGNIS, , Warszawa. 2000
Uzupełniająca

#### Dane jako ciowe

Przygotowanie zajęć /grup zajęć do dyscypliny naukowej/artystycznej	nauki o kulturze fizycznej	
<b>Sposób określenia liczby punktów ECTS</b>		
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	0	
Przygotowanie do laboratorium, wicze, zajęcia	4	
Przygotowanie do kolokwium i egzaminu	9	
Indywidualna praca własna studenta z literatury, wykładami itp.	5	
Inne	0	
<b>Sumaryczne obciążenie prac studenta</b>	<b>50</b>	
<b>Liczba punktów ECTS</b>		
<b>Liczba punktów ECTS</b>	<b>2</b>	
<b>Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego</b>	<b>L. godzin</b>	<b>ECTS</b>
	32	1,3
Zajęcia o charakterze praktycznym	L. godzin	ECTS
	5	0,2

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.