

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ**Dane ogólne:**

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Analiza ruchu				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologii wysiłku fizycznego;	WF1_W05	praca pisemna
2	rozumie specyfik działalno ci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca;	WF1_W16	praca pisemna
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	obserwacja wykonania zada
4	umiej tnie postuguje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej.	WF1_U02	obserwacja wykonania zada
5	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała lub sprawno ci fizycznej lub efektów treningu sportowego;	WF1_U04	obserwacja wykonania zada
6	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	obserwacja wykonania zada
7	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	obserwacja wykonania zada
8	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu zrealizuje go w praktyce	WF1_U20	obserwacja wykonania zada
9	prawidłowo dobiera obci enia treningowe oraz rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej podopiecznych	WF1_U21	obserwacja wykonania zada
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propaguj c zasady szlachetnej rywalizacji.	WF1_K07	obserwacja zachowa

12	docenia prac i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek.	WF1_K08	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu, referatu, eseju, raportu np. z ćwiczeń)			
umiejętności: obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działania właściwych dla danego zadania zawodowego)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych)			
Warunki zaliczenia			
Kolokwia czystkowe realizowane w trakcie semestru, sprawdziany umiejętności praktycznych polegające na zaprezentowaniu na wspólnej wykładni określonej techniki lub ćwiczenia			
Treści programowe (opis skrócony)			
Zapoznanie z podstawowymi pojęciami dotyczącymi postawy i mechanizmami jej stabilizacji w sytuacjach statycznych i dynamicznych, analiza jakości postawy ciała i jakości wykonywanych ruchów. Przedstawienie definicji i obrazu klinicznego urazów narządu ruchu najczęściej występujących w sporcie. Zaprezentowanie wybranych metod, których celem jest diagnozowanie dysfunkcji i technik mających te dysfunkcje eliminować. Zapoznanie z filozofią kontroli posturalnej i kinetycznej.			
Treści programowe			
Semestr: 3			
Forma zajęć : ćwiczenia laboratoryjne			
Analiza ruchu			

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Anatomia				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			90		7

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy organizmu człowieka oraz poszczególnych narz dów	WF1_W05	kolokwium
2	umiej tnie postuguje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała	WF1_U02	wykonanie zadania
3	wła ciwie interpretuje dane liczbowe	WF1_U04	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia

Kolokwia pisemne po ka dej opracowanej cz ci materiału s podstaw do u rednionej oceny z zaliczenia ka dego semestru. Ocena aktywno ci i pracy na wiczeniach, wykonania zada . Samoocena.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Tematyka obejmuje podstawowe wiadomo ci z zakresu:
 -prawidłowej budowy biernego układu ruchu z uwzgl dnieniem elementów kostnych wykorzystywanych do oceny postawy ciała, poł cze stawowych i ich ruchomo ci, znajomo ci osi i płaszczyzn ruchu
 -budowy czynnego układu ruchu
 -ogólnej budowy, poło enia i znaczenia narz dów wewn trznych oraz układu naczyniowego

- ogólnej budowy centralnego układu nerwowego, poło enia głównych o rodków nerwowych i ich znaczenia dla prawidłowego funkcjonowania organizmu ludzkiego.

Tre ci programowe

Semestr: 1

Forma zaj : **wykład**

Wprowadzenie do przedmiotu. Budowa tkanki kostnej i jej właciwo ci. Topografia szkieletu. Rodzaje ko ci i ich poło cze . Osie i płaszczyzny ruchu. Budowa kr gosłupa, poło czenia kostno –stawowe i ich mo liwo ci ruchowe. Ogólna budowa czaszki, jej funkcje i poło czenia z kr gosłupem. Budowa i funkcje klatki piersiowej. Poło czenia eber z mostkiem i z kr gosłupem. Rodzaje torów oddechowych. Budowa pasa barkowego i jego mo liwo ci ruchowe. Budowa i funkcje ko czyny górnej. Budowa obr czy biodrowej. Budowa i znaczenie ko czyny dolnej. Wiadomo ci wst pne z układu mi niowego jako czynnego układu ruchu: rodzaje tkanek mi niowych, budowa mi nia szkieletowego i jego właciwo ci, rodzaje mi ni somatycznych i ich poło enie w zale no ci od przynale nych im funkcji, urz dzenia pomocnicze mi ni. Mi nie powierzchowne i gł bokie grzbietu. Mi nie karku i szyi. Lokalizacja i działanie mi ni klatki piersiowej i brzucha. Mi nie obr czy barkowej i ko czyny górnej. Mi nie obr czy miednicznej i ko czyny dolnej – działanie.

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Układ kostny. Budowa kostna kr gosłupa, poło czenia stawowe i mo liwo ci ruchowe w jego poszczególnych odcinkach, krzywizny kr gosłupa i ich znaczenie. Konstrukcja kostna, poło czenia i funkcje klatki piersiowej. Ocena ruchomo ci opisywanych stawów z wykorzystaniem modeli, atlasów, plansz. Budowa pasa barkowego i ko czyny górnej. Poło czenia stawowe oraz mo liwo ci ruchowe. Znaczenie ko czyny górnej. Budowa obr czy miednicznej i ko czyny dolnej - budowa du ych stawów. Konstrukcja stopy i jej znaczenie. Wybrane mi nie grzbietu i karku, ich poło enie oraz znaczenie w utrzymaniu głowy i pionowej postawy ciała. Wybrane mi nie klatki piersiowej i brzucha, ich poło enie i funkcje w procesach oddychania i pionizacji postawy. Poj cie tłoczni brzusznej. Wybrane mi nie obr czy miednicznej i ko czyny dolnej - działanie na du e stawy. Znaczenie mi ni w prawidłowym ustawieniu stopy. Wybrane mi nie pasa barkowego i ko czyny górnej, ich rola w chwytnej funkcji r ki. Zaliczenie biernego i czynnego układu ruchu.

Semestr: 2

Forma zaj : **wykład**

Narz dy trzewne. Ogólna charakterystyka układów: pokarmowego, oddechowego i wydalniczego. Ogólna budowa i znaczenie w troby, trzustki oraz nerek. Lokalizacja, budowa i funkcja serca. Zarys budowy układu krwiono nego i limfatycznego. Ogólna budowa ledziony i du ych skupisk tkanki limfatycznej. Gruczoły dokrewne i ich rola w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu. Podział układu nerwowego i budowa tkanki nerwowej. Ogólna budowa o rodkowego układu nerwowego. Budowa układu nerwowego obwodowego i zakres jego unerwienia. Budowa nerwu, rodzaje włókien nerwowych. Schemat budowy układu autonomicznego. Ogólna budowa narz dów zmysłów.

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Ogólna budowa i znaczenie układu pokarmowego, procesy wydzielania i wchłaniania zachodz ce w tym układzie. Ogólna budowa i funkcja układu oddechowego. Wymiana gazowa. Ogólna budowa układu moczowego. Ogólna budowa i znaczenie narz dów rozrodczych e skich i m skich. Budowa i działanie serca. Du y obieg krwi i znaczenie kr enia wrotnego oraz układu limfatycznego. Poło enie i ogólna budowa rdzenia kr owego. Łuki odruchowe. Ogólna budowa mózgowia. Rodzaje dróg nerwowych i ich znaczenie. Obszary ciała unerwiane przez obwodowy układ nerwowy. Podstawowe informacje o nerwach czaszkowych, nerwach rdzeniowych i splotach. Ogólna charakterystyka i działanie autonomicznego układu nerwowego (współczulnego i przywspółczulnego).

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:		Katedra Wychowania Fizycznego			
Kierunek studiów:		Wychowanie fizyczne			
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :		Antropologia			
Forma studiów:		stacjonarne			
Nazwa katalogu:		WOZ-WF-I-23/24Z			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			45		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie podstawy filozofii wychowania i aksjologii pedagogicznej, specyfik głównych rodowisk wychowawczych i procesów w nich zachodz cych	1.1.01	kolokwium
2	zna i rozumie klasyczne i współczesne teorie rozwoju człowieka, wychowania, uczenia si i nauczania lub kształcenia oraz ich warto ci aplikacyjne;	1.1.02	kolokwium
3	disponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologii wysiłku fizycznego	WF1_W05	kolokwium
4	umiej tnie postuguje si podstawowym sprm tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wla ciw metod badawcz	WF1_U02	wykonanie zadania
5	wla ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała lub sprawno ci fizycznej lub efektów treningu sportowego	WF1_U04	wykonanie zadania
6	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemyle	WF1_U07	wykonanie zadania
7	wla ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobra i przeprowadzi odpowiednie wiczenia słu ce jej skorygowaniu	WF1_U11	wykonanie zadania
8	wla ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia
Kolokwia pisemne, ocena praktycznych umiejętności przeprowadzania pomiarów antropometrycznych i określenia proporcji ciała człowieka oraz oceny przebiegu prawidłowego wzrastania. Praktyczne korzystanie z norm rozwojowych i metod oceny wieku rozwojowego.
Treści programowe (opis skrócony)
Główne działy antropologii. Składowe procesu rozwojowego. Czynniki rozwoju biologicznego człowieka i ich klasyfikacja. Etapy /okresy/ rozwoju osobniczego człowieka. Antropometria jako podstawowa metoda stosowana w badaniach rozwoju biologicznego człowieka. Wiek rozwojowy i kryteria /metody/ jego oceny. Normy rozwojowe jako biologiczne układy odniesienia.
Treści programowe
Semestr: 3
Forma zajęć : wykład
Antropologia jako nauka, definicje antropologii. Główne działy (obszary zainteresowania) antropologii. Antropologia sportowa, główne zagadnienia i tematyka badań. Rozwój biologiczny człowieka a auksologia. Definicje rozwoju, pojęcia ontogenezy Ocena wzrastania i rozwoju morfologicznego dzieci i młodzieży. Składowe procesu rozwojowego: wzrastanie /rozrost/, różnicowanie, dojrzewanie, poziom, tempo, rytm /rytmiczność / rozwoju, kinetyka i dynamika rozwoju. Rozwój jako funkcja czynników genetycznych, środowiskowych i czasu. Teoria limitowanego ukierunkowania rozwoju – teoretyczne wzorce rozwoju biologicznego człowieka. Wielopoziomowy rozwój fenotypowy osobnika w ontogenezie - modele rozwoju. Zmienne mi dziosobnicze, norma reakcji, norma adaptacyjna. Czynniki rozwoju biologicznego człowieka, ich klasyfikacja. Czynniki endogenne. Dymorfizm płciowy. Czynniki egzogenne. Różnicowanie geograficzne i wpływ klimatu oraz wysokości nad poziomem morza na wymiary i procesy rozwojowe. Sezonowa rytmika wzrastania. Oddziaływanie czynników społeczno-ekonomicznych na wielkość ciała i tempo dojrzewania. Trendy sekularne /tendencja przemian/ i akceleracja rozwoju, przykłady cech, przyczyny zmian. Etapy (okresy) rozwoju osobniczego człowieka – kryteria podziału. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresów rozwoju osobniczego człowieka. Wiek rozwojowy (biologiczny). Kryteria (metody) oceny wieku rozwojowego. Normy rozwoju fizycznego jako biologiczne układy odniesienia. Statystyczne zakresy norm.
Forma zajęć : wiczenia praktyczne
Antropometria jako podstawowa metoda stosowana w badaniach rozwoju biologicznego człowieka. Punkty antropometryczne. Cefalometria i somatometria. Przyrządy antropometryczne. Technika przeprowadzania pomiarów. Praktyczne wykonywanie pomiarów antropometrycznych. Wskaźniki ilorazowe (antropologiczne), przykłady wskaźników długościowych, szerokościowych i ogólnej budowy ciała Powierzchnia ciała. Kierunek i tempo zmian wybranych proporcji ciała u chłopców i dziewcząt. Kształtowanie się wysokości i masy ciała u chłopców i dziewcząt od urodzenia do zakończenia procesu wzrastania na podstawie trendów arytmetycznych i wielkości przyrostów rocznych. Etapy (okresy) rozwoju osobniczego człowieka – kryteria podziału. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresów rozwoju osobniczego człowieka: okres noworodka, niemowlęcą, wczesnego dzieciństwa („niezróżnicowanego płciowo”). Podstawowe reguły rozwoju motorycznego. Skala Apgar. Odruchy bezwarunkowe noworodka. Wiek płodowy, urodzeniowa długość i masa ciała, zakresy zmienności. Przeciwnie dalsze trwanie życia w Polsce w ostatnich latach. Charakterystyka morfologiczna i motoryczna okresu starszego dzieciństwa. („zróżnicowanego płciowo”) – faza prepubertalna, pubertalna, Dojrzewanie płciowe dziewcząt i chłopców. Typowa kolejność (sekwencja zmian) objawów dojrzewania oraz przeciwny wiek ich wystąpienia. Skok pokwitaniowy cech morfologicznych. Wiek oraz wielkość skoku pokwitaniowego a tempo rozwoju. Regulacja hormonalna okresu pokwitania. Przebieg i mechanizmy regulacyjne cyklu płciowego kobiety. Wiek wystąpienia menarche w Polsce. Okres młodzieży czy. Pojęcie wieku rozwojowego (biologicznego). Kryteria (metody) oceny wieku rozwojowego, wiek szkieletowy (kostny) - główne etapy kostnienia kości długich, wiek zębowy, wiek dojrzałości płciowej - skala Tannera, wiek morfologiczny. Czas stosowania poszczególnych metod oceny wieku rozwojowego. Pojęcie norm rozwojowych. Norma jako biologiczny układ odniesienia. Statystyczne zakresy norm. Siatki centylowe, pozycje centylowe. Rodzaje norm rozwojowych. Aktualność norm. Znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Antropomotoryka				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			45		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	posiada zaawansowan wiedz i zna istotn terminologi zwi zan z psychofizycznym rozwojem człowieka;	WF1_W03	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi wysiłku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium
3	umiej tnie postuguje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wła ciwe narz dzie pomiarowe;	WF1_U02	wykonanie zadania
4	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny budowy ciała, sprawno ci fizycznej lub efektów treningu sportowego	WF1_U04	wykonanie zadania
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy w oparciu o wiedz plyn c z Antropomotoryki i potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza:</p> <p>ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci:</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia

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

Tre ci programowe (opis skrócony)
Systematyka i struktura motoryczno ci ludzkiej. Uwarunkowania genetyczne, rodowiskowe i morfologiczne wewn trznego i zewn trznego obszaru działania ruchowego człowieka. Nauczanie czynno ci ruchowych. Metody pomiaru i oceny sprawno ci motorycznej. Pomiar i ocena sprawno ci motorycznej. Interpretacja wyników bada sprawno ci motorycznej
Tre ci programowe
Semestr: 5
Forma zaj : wykład
Wykłady: 1. Miejsce antropomotoryki w systemie nauk. Przedmiot, cele i zadania antropomotoryki. 2. Czynniki rozwoju fizycznego i motorycznego człowieka. 3. Ewolucja motoryczno ci w filogenezie. 4. Systematyka czynno ci ruchowych. 5. Struktura motoryczno ci ludzkiej - poj cie sprawno ci fizycznej. 6. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci siłowych. 7. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci szybko ciowych. 8. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci wytrzymało ciowych. 9. Zmienno w ontogenezie predyspozycji i zdolno ci koordynacyjnych. Sterowanie i kontrola czynno ci ruchowych. 10. Genetyczne uwarunkowania zdolno ci motorycznych. 11. Odziedziczalno i wytrenowalno zdolno ci motorycznych. 12. rodowiskowe uwarunkowania zdolno ci motorycznych. 13. Somatyczne uwarunkowania zdolno ci motorycznych. 14. Podstawy statystyki. 15. Zagadnienia egzaminacyjne.
Forma zaj : wiczenia laboratoryjne
wiczenia: 1. Teoria motoryczno ci w uj ciu historycznym. 2. Analiza motoryczno ci okresu noworodka. Pomiar B-v. 3. Analiza motoryczno ci okresu niemowl cego. Pomiar masy ciała. 4. Analiza motoryczno ci okresu wczesnodzieci cego. Pomiar B-a, B-da, B-sst, B-sy 5. Analiza motoryczno ci okresu pó nodzieci cego. Pomiar fałdów skórno-tuszczowych. 6. Analiza motoryczno ci okresu młodzie czego i dorosłego. Pomiar siły statycznej. 7. Analiza motoryczno ci okresu dojrzało ci i staro ci. Pomiar skoku w dal. 8. Kolokwium nr 1. Strona potencjalna motoryczno ci – predyspozycje strukturalne, energetyczne, informacyjne. 9. Ocena i analiza zdolno ci siłowych i szybko ciowych. Pomiar szybko ci ruchu. 10. Ocena i analiza zdolno ci wytrzymało ciowych i gibko ci. Pomiar wytrzymało ci. 11. Ocena i analiza zdolno ci zdolno ci koordynacyjnych. Sterowanie i kontrola czynno ci ruchowych. Pomiar równowagi. 12. Ocena i analiza umiej tno ci elementarnych i specjalnych. Pomiar szybko ci reagowania. 13. Kryteria pomiaru, testy, cechy – zmienne. Analiza wybranych testów. Relatywizacja pomiarów. 14. Kolokwium nr 2. 15. Zagadnienia egzaminacyjne.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Biochemia				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			45		4

Dane merytoryczne

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	dysonuje podstawow wiedz na temat budowy oraz funkcji najwa niejszych zwi zków organicznych i nieorganicznych wyst puj cych w organizmie oraz rozumie procesy biochemiczne zachodz ce w ciele zdrowego człowieka	WF1_W05	kolokwium, egzamin
2	prawidłowo interpretuje wyniki przeprowadzonych eksperymentów i obserwacji z zakresu biochemii	WF1_U07	wypowied ustna
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	samoocena
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
<p>wiedza:</p> <p>egzamin (egzamin pisemny w formie testu jednokrotnego wyboru lub testu wyboru Tak/Nie;) ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci:</p> <p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena interpretacji wyników przeprowadzonych eksperymentów)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>samoocena (ocena własnych umiej tno ci lub kompetencji dokonana przez studenta)</p>			
Warunki zaliczenia			
<p>Wykłady: Test jednokrotnego wyboru sprawdzaj cy wiedz po odbyciu wykładów i samokształcenia. Kryteria ocen s zgodne z Regulaminem Studiów PWSZ w Tarnowie</p> <p>Zasady dopuszczenia do zaliczenia wykładów-zaliczenie zaj laboratoryjnych. wiczenia laboratoryjne: Studenci s oceniani na bie co na podstawie: obecno ci i aktywno ci na zaj ciach (100% frekwencji), wykazania si wiedzy w zakresie materiału okrelonego w zagadnieniach przez koordynatora przedmiotu-weryfikowanej przez pisemne kolokwia, umiej tno ci interpretacji wyników przeprowadzonych eksperymentów.</p>			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Przedstawienie roli składników od ywczych w przebiegu treningu i wysiłku fizycznego sportowca w poł czeniu z najwa niejszymi przemianami metabolicznymi. Podstawowe ró dła energii w pracy komórek mi niowych w ró nych typach treningu. Wykorzystanie parametrów biochemicznych w diagnozowaniu zmian powysiłkowych.			

Treści programowe
Semestr: 2
Forma zajęć : wykład
Najważniejsze składniki chemiczne organizmu człowieka (makro- i mikroelementy, związki organiczne i ich rola w funkcjonowaniu organizmu. Znaczenie najważniejszych związków biochemicznych w przemianach energetycznych organizmu podczas treningu i wysiłku fizycznego. Hemoglobina i mioglobina. Enzymy, jako biokatalizatory. Wolne rodniki, mechanizmy ich powstawania i inaktywacji. Wpływ czynników toksycznych na efektywność wysiłku fizycznego. Przemiany glukozy (glikoliza, glukoneogeneza, glikogenoliza, glikogenogeneza) i ich rola w gospodarce energetycznej komórki mięśniowej. Biochemiczny mechanizm powstawania zakwasów. Rola białek w kształtowaniu masy mięśniowej. Mechanizmy zapobiegania rozkładowi białek mięśniowych w czasie wysiłku fizycznego. Wysiłek fizyczny a odchudzanie (biochemiczny mechanizm tycia i utraty tkanki tłuszczowej w czasie wysiłku fizycznego). Przemiany beztlenowe i tlenowe, jako źródło energii w wysiłku fizycznym. Wykorzystanie parametrów biochemicznych (poziom mocznika, kwasu mlekowego we krwi) w diagnozowaniu zmian powysiłkowych. Biochemiczne mechanizmy doboru intensywności treningu.
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne
Struktura i właściwości najważniejszych grup związków chemicznych (kwasy organiczne i nieorganiczne, zasady, sole). Podstawowe pojęcia chemiczne (kwas, kwasowość, pH, jon oksoniowy, równowaga kwasowo-zasadowa, bufor). Budowa i funkcja biologiczna aminokwasów, peptydów i białek (aminokwasy, jako składniki budulcowe peptydów i białek, aminokwasy rozgałęzione, jako źródło energii, denaturacja, niekorzystny wpływ etanolu na efektywność wysiłku fizycznego, białka pełno- i niepełnowartościowe, aminokwasy i białka jako składniki odżywcze, BCAA, izolat serwatkowy itp.). Budowa i funkcja cukrowców jako składników energetycznych organizmu (rola glukozy i glikogenu w organizmie, skrobia, jako źródło glukozy, indeks glikemiczny, zawartość cukrowców w wybranych produktach spożywczych). Podział, właściwości i znaczenie biologiczne lipidów. Integracja najważniejszych szlaków metabolicznych i ich znaczenie w gospodarce energetycznej komórki mięśniowej.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Biomechanika				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	LO	30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			45		2

Dane merytoryczne

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	dysonuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w cieie zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi wysilku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium
2	umiej tnie posluguje si podstawowym sprz tem sl u cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wla ciw metod badawcz	WF1_U02	wykonanie zadania
3	wla ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami przeprowadzonych pomiarów z wykorzystaniem sprz tu pomiarowego i oprogramowania komputerowego	WF1_U04	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
5	Przygotowuje metodologi pomiarow bada i potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
6	wla ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

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

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

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

Tre ci programowe (opis skrócony)

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

Treści programowe
Semestr: 6
Forma zaj : wykład
<p>Parametry biomechaniczne mięśni, stawów i łańcuchów ruchowych. Składowe obciążenie treningu: praca, moc i czas przerw odpoczynkowych a metody treningu.</p> <p>Statyczne i dynamiczne formy ruchu, ich kryteria. Rodzaje ciężeń i ich przemieszczenia na lądzie, w wodzie i na powietrzu. Pomiary sił reakcji oraz pracy i mocy podczas ruchu.</p> <p>Topografia momentów sił mięśniowych oraz procesy ich treningu. Zasady i specyfika pomiarów parametrów biomechanicznych człowieka.</p>
Forma zaj : wiczenia laboratoryjne
<p>Spadanie ciał w próżni i w powietrzu. Zmiany prędkości przy działaniu zmiennych w czasie układów sił. Prędkość graniczna podczas spadania w powietrzu i jej dzieje na nartach. Wykresy prędkości ruchu. Reakcja podłoża a rodzaj nawierzchni. Opór powietrza, siła nośna. Tarcie w ruchach człowieka. Współczynnik tarcia. Tarcie podczas jazdy na nartach i w ruchach lokomocyjnych. Wpływ siły ciężeń na ruch - równia pochyła. Badanie warunków pracy, przystosowanie środowiska pracy do właściwości fizycznych i psychicznych człowieka. Optymalizacja warunków wykonywania pracy.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	wiczenia kompensacyjno-korekcyjne				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zagadnienie edukacji włączając, a także sposoby realizacji zasady inkluzji;	1.1.05	kolokwium
2	zna i rozumie różnicowanie potrzeb edukacyjnych uczniów i wynikające z nich zadania szkoły dotyczące dostosowania organizacji procesu kształcenia i wychowania;	1.1.06	kolokwium
3	zna i rozumie sposoby projektowania i prowadzenia działań diagnostycznych w praktyce pedagogicznej;	1.1.07	kolokwium
4	dysonuje podstawową wiedzę na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodzące w ciele zdrowego człowieka	WF1_W05	kolokwium
5	ma podstawową wiedzę na temat nieprawidłowości postawy ciała, wie jak rozpoznać podstawowe wady postawy ciała i zaburzenia przebiegu ruchu w poszczególnych etapach ontogenezy	WF1_W13	kolokwium
6	posiada podstawową wiedzę na temat bezpiecznego prowadzenia ćwiczeń prozdrowotnych dla osób w każdym wieku	WF1_W14	kolokwium
7	umiejętnie posługuje się podstawowym sprzętem służącym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawnie ćwiczeniom motorycznej	WF1_U02	wykonanie zadania
8	komunikuje się z osobami w każdym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania błędów podstawowych sekwencji ruchowych	WF1_U05	wykonanie zadania
9	właściwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobrać i przeprowadzić odpowiednie ćwiczenia służące jej skorygowaniu	WF1_U11	wykonanie zadania
10	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
12	jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się
<p>wiedza:</p> <p>ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
Warunki zaliczenia
Warunkiem zaliczenia jest obecność na zajęciach, pozytywne oceny z dwóch kolokwium w semestrze (min. 55% na ocenę dostateczną)
Treści programowe (opis skrócony)
Zapoznanie z podstawowymi pojęciami dotyczącymi postawy ciała, wad postawy ciała, metod stosowanych w ich korekcji, rozwoju postawy w ontogenezie oraz zmian postawy ciała w okresach krytycznych posturogenezy. Przygotowanie do samodzielnego prowadzenia zajęć z gimnastyki korekcyjnej na podstawie wybranych ćwiczeń i metod korygowania wad postawy ciała.
Treści programowe
Semestr: 2
Forma zajęć : wiczenia praktyczne
<p>Postawa ciała: rodzaje postawy ciała, postawa prawidłowa a wada postawy, diagnostyka postawy ciała na podstawie wzrokowej oceny opartej na metodzie punktowania wg wersji Kasperczyka.</p> <p>Charakterystyka wady postawy w płaszczyźnie strzałkowej: (plecy okrągłe, wklęsłe, okrągło-wklęsłe, płaskie) oraz czołowej (boczne skrzywienie kręgosłupa). Charakterystyka pozostałych wad: wady klatki piersiowej (klatka kurza i lejkowata), wady ustawienia głowy i łopatek, wady kończyn dolnych i stóp (kolana szpotawe i kolana ławne, wady chodu, stopa: płaska – statyczna, płaska poprzecznie płasko-koława, szpotawa, wydrążona.).</p> <p>wiczenia praktyczne: nauka i dobór pozycji ułożeniowych, pozycje izolowane i chwiejne, przyjmowania pozycji skorygowanej, omówienie przykładowych ćwiczeń korygujących wybranych wad, przygotowanie przez studentów zestawów ćwiczeń i samodzielne prowadzenie zajęć w wybranych wadach postawy ciała. Zastosowanie masażu i wybranych elementów terapii manualnej.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Diagnostyka postawy ciała				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy	WF1_W05	kolokwium
2	ma podstawow wiedz na temat nieprawidlowo ci postawy ciała, wie jak rozpozna podstawowe wady postawy ciała i zaburzenia przebiegu ruchu w poszczególnych etapach ontogenezy	WF1_W13	kolokwium
3	umiej tnie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wla ciw metod badawcz	WF1_U02	wykonanie zadania
4	wla ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała	WF1_U04	wykonanie zadania
5	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
6	wla ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobra i przeprowadzi odpowiednie wiczenia słu ce jej skorygowaniu	WF1_U11	wykonanie zadania
7	Zna podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, wla ciwie doбира metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom	WF1_U17	wykonanie zadania
8	skutecznie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosowa wla ciw metod badawcz , potrafi oceni podstawowe parametry opisuj ce ruch, np. zakres ruchu	WF1_U18	wykonanie zadania
9	wla ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
10	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i współczucie z powodu ewentualnych schorze	WF1_K06	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiej tno ci:

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

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

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

Tre ci programowe (opis skrócony)

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

Tre ci programowe

Semestr: 3

Forma zaj : **wykład**

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

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

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

Wady kolan (kolana szpotawe, kolana ko lawe, nefizjologiczny przeprost): ocena kliniczna i radiologiczna ko lawo ci i szpotawo ci.

Najcz ciej wyst puj ce urazy kolana,

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

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Ocena postawy ciała: analiza wzrokowa, testy funkcjonalne, interpretacja wyników obserwacji,

Badanie kr goslupa: pomiary ruchomo ci orientacyjne i ta m centymetrow , testy funkcjonalne, ocena siły wybranych mi ni metod Lovetta.

Testy funkcjonalne oceniaj ce stawy krzy owo-biodrowe.

Zakres ruchomo ci stawów ko czyny dolnej, pomiary długo ci i obwodów ko czyny dolnej, testy funkcjonalne stawu biodrowego, kolanowego i skokowego.

Pomiary zakresu ruchomo ci stawów ko czyny górnej, pomiary długo ci i obwodów ko czyny górnej.

Testy funkcjonalne oceniaj ce staw barkowy i łokciowy

Analiza chodu i podstawowych dynamizmów ruchowych (d wiganie, si ganie, siadanie i siedzenie).

Wykorzystanie specjalistycznych narz dzi badawczych w ocenie postawy ciała: Zebris pointer, platforma P-walk, podoskop elektroniczny, G sensor

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dietetyka i suplementacja				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3		30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			45		2

Dane merytoryczne

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	legitymuje si ugruntowan 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	WF1_W07	kolokwium
2	Rozumie specyfik działalno ci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca opartych na zdrowym ywieniu w ró nych okresach ontogenezy.	WF1_W16	kolokwium
3	Skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le w zakresie edukacji ywieniowej.	WF1_U07	wykonanie zadania
4	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z uwzgl dnieniem odpowiedniego programu ywieniowego	WF1_U20	wykonanie zadania
5	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
6	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propaguj c zasady szlachetnej rywalizacji	WF1_K07	obserwacja zachowa

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

Frekwencja na zaj ciach i prawidłowa postawa. Pozytywna ocena z kolokwium ko cowego oraz z prezentacji wybranego tematu.

Tre ci programowe (opis skrócony)

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

związanych z pierwotnymi i wtórnymi wadami żywieniowymi sportowców. Aktywne współuczestniczenie w tworzeniu programów upowszechniających wiedzę o żywieniu w środowisku sportowym zależno od wieku.
Umiejętność bycia partnerem fachowego personelu medycznego w zakresie monitorowania objawów wad żywieniowych i ich skutków w środowisku sportowców.

Treści programowe

Semestr: 3

Forma zajęć : **wykład**

Bliski żywieniowy Polaków i występowanie zaburzeń odżywiania w populacji sportowców. Żywienie sportowców w różnych okresach treningowych. Regulowanie masy ciała. Charakterystyka naturalnych suplementów żywieniowych w różnych dyscyplinach sportowych. Choroby dietozależne – cukrzyca, otyłość, zespół metaboliczny, alergii pokarmowa, celiakia, choroby układu sercowo-naczyniowego. Prewencja – prozdrowotne składniki żywności oraz substancje aktywne biologicznie. Zagrożenia występowaniem chorób dietozależnych – szkodliwe składniki żywności ze szczególnym omówieniem Kwasów Tłuszczowych Trans pochodzenia przemysłowego. Programy związane z promowaniem prawidłowych zachowań żywieniowych w sporcie. Programy żywieniowe dla dyscyplin wytrzymałościowych, siłowych i szybkościowych. Niedozwolone wspomaganie w diecie sportowca

Forma zajęć : **wiczenia audytoryjne**

Źródła informacji o problematyce żywieniowej. Informacja żywieniowa na opakowaniu – źródło wiedzy o produkcie żywnościowym. Podstawowe pojęcia związane z żywieniem człowieka – mierniki zdrowotne. Determinanty sposobu żywienia: styl życia, status ekonomiczny, rodzaj zamieszkania (dom rodzinny, stacja itd.), mass media, wiek, płeć, status rodzinny, czynnik psychologiczny (stres, samotność), pochodzenie (miasto, wieś), wykształcenie, oświata żywieniowa. Czynniki warunkujące sposób żywienia człowieka w czasie życia: życie płodowe, niemowlactwo, dzieciństwo, młodość czy, dorosłość, osoby starsze Metody oceny stanu odżywienia. Metody jakościowe, metody ilościowe, zalety i wady. Czynniki wpływające na indywidualny stan odżywienia. Zewnętrzne wyznaczniki stanu odżywienia. Podstawowe składniki odżywcze – białka, węglowodany, tłuszcze, woda, składniki mineralne i witaminy. Tabele wartości odżywczej.

Warunki prawidłowego żywienia – piramidy żywieniowe (ze szczególnym uwzględnieniem piramidy żywieniowej dla sportowców) zalecenia żywieniowe.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dwubój olimpijski				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna zagadnienia zwi zane z teori treningu dwuboju olimpijskiego;	WF1_W15	wykonanie zadania
2	student potrafi zademonstrowa wiczenia z zakresu treningu dwuboju olimpijskiego;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	student potrafi dobrać odpowiednie wiczenia z zakresu treningu dwuboju olimpijskiego dostosowane do mo liwosci w zale no ci od jednostki treningowej;	WF1_U09	wykonanie zadania
4	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie treningu dwuboju olimpijskiego;	WF1_K01	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:
ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu dwuboju olimpijskiego)

umiej tno ci:
ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu dwuboju olimpijskiego)

kompetencje społeczne:
rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych wybranych elementów dwuboju olimpijskiego. Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, których frekwencja na zaj ciach wyniosła ponad 80%.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Opanowanie podstawowych elementów technicznych dwuboju olimpijskiego, umo liwiaj cych zastosowanie ich w procesie treningowym. Metodyka nauczania wybranych elementów dwuboju olimpijskiego.

Tre ci programowe

Semestr: 3

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

1. Regulamin zaj .
2. Rola i miejsce dwuboju olimpijskiego w kulturze fizycznej.
3. Kształtowanie po danego poziomu sprawno ci fizycznej.
4. wiczenia ukierunkowane. Bezpiecze stwo wicz cych. wiczenia pomocnicze przysiad ze sztang z przodu,

przysiad ze sztangą nad głową, ćwiczenia uciekania z pod sztangi jako element samoasekuracji

5. Nauka i doskonalenie elementów technicznych - rwanie (metodyka nauczania).

6. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – zarzut (metodyka nauczania).

7. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – podrzut (metodyka nauczania).

8. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – przysiad, martwy ciąg, ćwiczenia pomocnicze wykorzystywane w dwuboju olimpijskim (metodyka nauczania).

9. Implementacja elementów dwuboju olimpijskiego w treningu sportowym

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dydaktyka rekreacji				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2		30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

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

Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecno ci, ocena pozytywna z wszystkich testów i sprawdzianów na temat rekreacji. Zaliczenie konspektu imprezy rekreacyjnej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez rekreacyjnych w szkole oraz poza szkoła . Wykorzystanie ró nych nowoczesnych form rekreacji do uatrakcyjnienia obowi zkowych zaj wychowania fizycznego w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowi zkowych

Tre ci programowe

Semestr: 2

Forma zaj : **wiczenia audytoryjne**

Przypomnienie podstawowych poj i definicji zwi zanych z rekreacja ruchowa. Znaczenie rekreacji ruchowej w yciu współczesnego człowieka - społeczne i kulturowe podstawy rekreacji ruchowej. Rekreacja ruchowa a sport, imprezy rekreacyjne a imprezy sportowe - podobie stwa i ró nice. Teoretyczne podstawy organizacji imprez rekreacyjnych:

klasyfikacja imprez rekreacyjnych - rodzaje imprez rekreacyjnych (festyny rekreacyjne, dzieło sportu, w tym szkoły, amatorskie ligi, turnieje rekreacyjne, plenerowe imprezy rekreacyjne, spartakiady), etapy organizacji (regulamin imprezy), systemy rozgrywek, ocena imprezy.

Dydaktyka imprez rekreacyjnych w placówkach o wiatowych oraz prywatnych firmach związanych z rekreacją ruchową .

Wybrane zagadnienia z metodyki rekreacji ruchowej, rekreacja ruchowa osób o specjalnych potrzebach, charakterystyka poszczególnych rodzajów imprez rekreacyjnych. Przygotowanie konspektu organizacji imprezy rekreacyjnej. Zasady bezpieczeństwa na imprezach rekreacyjnych oraz rekreacyjno-sportowych: planowanie imprezy, zabezpieczenie medyczne, prawidłowa organizacja. Programowanie i kontrola rekreacji ruchowej. Wykorzystanie poszczególnych systemów rozgrywek w praktyce.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dydaktyka turystyki				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2		30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

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

Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecno ci, ocena pozytywna z wszystkich testów na temat turystyki. Zaliczenie konspektu wycieczki turystycznej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez turystycznych w szkole oraz poza szkoła . Wykorzystanie ró nych nowoczesnych form turystyki do uatrakcyjnienia obowi zkowych zaj wychowania fizycznego w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowi zkowych

Tre ci programowe

Semestr: 2

Forma zaj : **wiczenia audytoryjne**

Przypomnienie podstawowych poj i definicji zwi zanych z turystyka. Znaczenie turystyki w yciu współczesnego człowieka - społeczne i kulturowe aspekty turystyki. Teoretyczne podstawy organizacji imprezy turystycznej.

Turystyka w szkolnych programach wychowania fizycznego, w planie dydaktyczno-wychowawczym szkoły. Turystyka

jako elementy edukacyjnych w planie szkół czwarta godzina wychowania fizycznego. Dekalog turysty pieszego, narciarza, kajakarza, karta turysty, Górską Odznakę Turystyczną.

Dydaktyka turystyki realizowanej w placówkach o wiatowych. Wybrane zagadnienia z teorii ruchu turystycznego. Przygotowanie krajoznawcze do wycieczek – krainy geograficzne, przykładowe miejsca do organizowania wycieczek (jednodniowych, dwudniowych, trzydniowych, rajdów, obozów). Nauka czytania mapy oraz znajomość szlakowskazów. Przygotowanie konspektu organizacji imprezy turystycznej, wycieczki (2, 3 dniowej) – komplet dokumentów potrzebnych do zrealizowania wycieczki w szkole. Zasady bezpieczeństwa na imprezach turystycznych. Bezpieczeństwo w górach – przyczyny nieszczęśliwych wypadków: subiektywne i obiektywne, z winy prowadzącego oraz z winy uczestników wycieczki.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - fitness				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania dotycz cych fitness	WF1_W08	wypowied ustna
2	zna podstawowe reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezbd ne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych	WF1_W15	wypowied ustna
3	rozumie specyfik działalnoci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca;	WF1_W16	wypowied ustna
4	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
7	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
8	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu zrealizuje go w praktyce	WF1_U20	wykonanie zadania
9	umiej tnie organizuje i zarz dza imprez sportow w oparciu o obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF1_U22	wykonanie zadania
10	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
11	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa

12	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiazujacych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K03	obserwacja zachowa
13	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagujac zasady szlachetnej rywalizacji.	WF1_K07	obserwacja zachowa
14	docenia prace i postepy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek.	WF1_K08	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

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

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Oceny zaliczeniowe uzyskiwane w semestrze 5 i 6

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z teorią, metodyką oraz organizacyjnymi zasadami prowadzenia zajęć fitness. Student jest przygotowany wszechstronnie do prowadzenia zajęć fitness w ośrodkach prowadzących tego typu zajęcia (odnowa biologiczna, siłownie, sale gimnastyczne). Posiada odpowiednią wiedzę i umiejętności praktyczne pozwalające na właściwy dobór ćwiczeń w zależności od wieku i stopnia wytrenowania poszczególnych uczestników zajęć. Potrafi zaplanować w sposób fachowy indywidualny trening rekreacyjny, zdrowotny

Treści programowe

Semestr: 5

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Dyscyplina kierunkowa - FITNESS

Semestr: 6

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Dyscyplina kierunkowa - FITNESS

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - narciarstwo				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	T	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	T	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz z zakresu planowania nauczania narciarstwa zjazdowego	WF1_W06, WF1_W08	kolokwium, praca pisemna, wypowied ustna
2	prezentuje ponadprzeci tny poziom sprawno ci fizycznej i umiejetno ci w zakresie narciarstw zjazdowego	WF1_U01	obserwacja wykonania zada
3	prezentuje w formie ustnej i pisemnej program nauczania narciarstwa zjazdowego	WF1_U07, WF1_U08	kolokwium, praca pisemna, wypowied ustna
4	prawidłowo ocenia swoj wiedz oraz wie kiedy korzysta z pomocy specjalistów	WF1_K01	wypowied ustna
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
<p>wiedza:</p> <ul style="list-style-type: none"> ocena kolokwium (sprawdzian w formie odpowiedzi na pytania otwarte) ocena pracy pisemnej (ocena zadania projektowego) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wyst pienia podczas prezentacji multimedialnej;) <p>umiej tno ci:</p> <ul style="list-style-type: none"> ocena kolokwium (sprawdzian w formie odpowiedzi na pytania otwarte) obserwacja wykonania zada (ocena wykonania podstawowych technik narciarstw zjazdowego; ocena jazdy terenowej obserwowanej) ocena pracy pisemnej (ocena zadania projektowego) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wyst pienia podczas prezentacji multimedialnej;) <p>kompetencje społeczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> ocena wypowiedzi ustnej (ocena wyst pienia podczas prezentacji multimedialnej;) 			
Warunki zaliczenia			
pozytywna ocena z kolokwium; projektu i prezentacji multimedialnej			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Zapoznanie z planowaniem jednostek szkoleniowych nauczaj cych techniki narciarstwa zjazdowego			

Tre ci programowe
Semestr: 5
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (terenowe)
Dyscyplina kierunkowa narciarstwo
Semestr: 6
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (terenowe)
Dyscyplina kierunkowa - narciarstwo

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - piłka no na				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania piłki no nej, zna przepisy oraz podstawy treningu;	WF1_W08	wypowied ustna
2	zna podstawowe reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych w piłce no nej	WF1_W15	wypowied ustna
3	rozumie specyfik działalno ci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych	WF1_W16	wypowied ustna
4	legitymuje si dobrym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie piłki no nej	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo s dziuje zawody w piłce no nej i futsalu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y	WF1_U06	wykonanie zadania
7	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku	WF1_U09	wykonanie zadania
8	prawidłowo przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu piłki no nej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	praca pisemna
9	prawidłowo dobiera obci enia treningowe oraz rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
10	umiej tnie organizuje i zarz dza imprez sportow w oparciu o obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF1_U22	wykonanie zadania
11	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

12	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
13	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
14	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowa
15	docenia pracę i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek;	WF1_K08	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

<p>wiedza:</p> <p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena pracy pisemnej i scenariusza lekcji (konspektu))</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>

Warunki zaliczenia

<p>Sprawdziany umiejętności praktycznych, prowadzenie zajęć treningowych, sprawdziany teoretyczne - znajomość przepisów piłki nożnej i futsalu, elementów techniki i taktyki oraz metodyki ich nauczania i doskonalenia</p> <p>Semestr 5 - zaliczenia z ocen ;</p> <p>Semestr 6 - egzamin</p> <p>Ocena z egzaminu obejmuje oceny uzyskane na zaliczenie zajęć praktycznych zarówno z sem. 5 i 6 oraz ocen uzyskanych w trakcie egzaminu pisemnego.</p>
--

Tematy programowe (opis skrócony)

<p>Zapoznanie, nauczanie, doskonalenie techniki i taktyki. Planowanie, przygotowanie i przeprowadzenie zajęć treningowych, sędziowanie. Przygotowanie studenta do pracy w klubie sportowym w charakterze instruktora piłki nożnej</p>

Tematy programowe

<p>Semestr: 5</p> <p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p> <p>Wprowadzenie do przedmiotu, system kształcenia trenerów-instruktorów w Polsce. Organizacja tej dyscypliny w Polsce i na świecie. Planowanie pracy szkoleniowej. Nauczanie i doskonalenie techniki i taktyki piłki nożnej - teoria i praktyka. Samodzielne prowadzenie zajęć. Organizacja i prowadzenie zawodów. Przepisy gry w piłkę nożną i futsal, teoria i praktyka.</p> <p>Semestr: 6</p> <p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p> <p>Sprawdzanie umiejętności praktycznych. Kształtowanie zdolności motorycznych i sprawności specjalnej piłkarza. Szkolenie dzieci i młodzieży - dobór metod, form i środków. Planowanie pracy szkoleniowej. Filmy szkoleniowe w nauczaniu i doskonaleniu techniki. Testy sprawności ogólnej i specjalnej. Kierowanie drużyną podczas meczu. Obserwacja i analiza meczów piłkarskich.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - piłka r czna				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c genez , rozwój oraz bie ce wydarzenia w pi ce r cznej. Opanował metodyk nauczania elementów technicznych i taktycznych oraz przepisy gry. Potrafi zaplanowa i przeprowadzi rozgrzewk	WF1_W08	kolokwium
2	Zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu piłki r cznej, posiada wiedz na temat BHP; rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych z zakresu organizacji i przeprowadzania imprez sportowych.	WF1_W08, WF1_W11	kolokwium
3	Posiada wysokie umiej tno ci techniczne i fizyczne w zakresie piłki r cznej, prezentuje poziom sprawno ci fizycznej, umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki.	WF1_U01	obserwacja wykonania zada
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	obserwacja wykonania zada
5	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	obserwacja wykonania zada
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	obserwacja wykonania zada
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się
<p>wiedza:</p> <p>ocena kolokwium (kolokwium pisemne w formie pytań zamkniętych i otwartych)</p> <p>umiejętności:</p> <p>obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla piłki ręcznej)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowania (obserwacja zachowania indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
Warunki zaliczenia
<p>Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów. Kolokwium pisemne (test wielokrotnego wyboru i pytania otwarte). Geneza i rozwój piłki ręcznej, przepisy gry-terminologia, gestykulacja sportowa, systematyka i metodyka nauczania techniki i taktyki gry.</p> <p>Teoria - technika - taktyka:</p> <p>51% - 60% - dst 61% - 68% - +dst 69% - 79% - db 80% - 89% - +db 90% - 100% - bdb</p> <p>Przepisy gry:</p> <p>70% - 76% - dst 77% - 81% - +dst 82% - 88% - db 89% - 94% - +db 95% - 100% - bdb</p> <p>Ocena umiejętności technicznych na podstawie obserwacji i stopnia odwzorowania pokazu do prezentowanego wzorca: chwyt i podania, kozłowanie, rzuty, zwody. Opracowanie konspektu i przeprowadzenie rozgrywki. Sportowe. Bezpośrednia obserwacja meczu.</p>
Treści programowe (opis skrócony)
<p>Geneza i rozwój piłki ręcznej w Polsce i na świecie. Przepisy gry, sportowe. Terminologia, systematyka, metodyka. Planowanie i nauczanie techniki, taktyki gry w piłce ręcznej. Opanowanie elementów technicznych i taktycznych umożliwiających nauczanie piłki ręcznej w szkołach (wszystkie etapy kształcenia), Uczniowskich Klubach Sportowych oraz w Klubach Sportowych. Zasady organizacji prowadzenia zawodów sportowych w piłce ręcznej.</p>
Treści programowe
<p>Semestr: 5</p> <p>Forma zajęć: wiczenia praktyczne</p> <p>Przygotowanie motoryczne i fizyczne, systematyka elementów technicznych w piłce ręcznej. Doskonalenie elementów technicznych: sposoby poruszania się w obronie i ataku, chwyt i podania, kozłowanie, rzuty (z przeskokiem, w wyskoku, z padem), zwody, zastony. Technika oraz taktyka gry na pozycji bramkarza. Kompleksowe wiczenia doskonalące technikę pod presją przeciwnika i większego obciążenia fizycznego. Systematyka elementów taktycznych. Doskonalenie elementów taktyki indywidualnej w obronie i w ataku. - atak szybki (bezpośredni, pośredni, szybkie wzniesienie gry po stracie bramki) - atak pozycyjny (2 : 1 : 3 i 2 : 2 : 2) Gra szkolna z wykorzystaniem elementów techniki podstawowej oraz taktyki.</p>
<p>Semestr: 6</p> <p>Forma zajęć: wiczenia praktyczne</p> <p>Doskonalenie taktyki zespołowej obrony: - obrony kładącej się - obrony strefowej (6 : 0 i 5 : 1) - obrona kombinowana (5 + 1, 4 + 2, 3 + 3)</p> <p>Nauka i doskonalenie innych systemów gry w ataku i obronie (gra w przewadze, gra w osłabieniu) Wskazówki metodyczne: zasady, metody, formy nauczania, korygowanie błędów, typy lekcji, konstruowanie konspektów.</p>

Prowadzenie treningu na podstawie opracowanego konspektu.

Organizacja turniejów i zawodów w piłce ręcznej.

Gra szkolna oraz właściwa. Wykorzystanie odpowiedniej taktyki gry w ataku oraz w obronie.

Zaliczenie praktyczne, kolokwium.

Bezpośrednia obserwacja meczu.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - piłka siatkowa				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania piłki siatkowej, zna przepisy gry w piłk siatkov oraz podstawy treningu sportowego tej dyscypliny sportu;	WF1_W08	wypowied ustna
2	zna podstawowe reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych w piłce siatkowej;	WF1_W15	wypowied ustna
3	rozumie specyfik działalno ci sportowej w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowa zdrowotnych sportowca	WF1_W16	wypowied ustna
4	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie gry w piłk siatkov	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo s dziuje rozgrywki w piłce siatkowej na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y	WF1_U06	wykonanie zadania
7	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	praca pisemna
8	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu;	WF1_U10	praca pisemna
9	prawidłowo dobiera obci enia treningowe oraz rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
10	umiej tnie organizuje i zarz dza imprez sportow w oparciu o obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym	WF1_U22	wykonanie zadania
11	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

12	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
13	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
14	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji;	WF1_K07	obserwacja zachowa
15	docenia pracę i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek	WF1_K08	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

<p>wiedza:</p> <p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia

Sprawdzian teoretyczny i praktyczny po zakończonym semestrze

Treści programowe (opis skrócony)

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

Treści programowe

Semestr: 5

Forma zajęć : wiczenia praktyczne

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

Gra, struktura zespołu – podział obowiązków, funkcje zawodnika i pozycje w grze, konstruowanie drużyny. Struktura i etapy szkolenia w piłce siatkowej na podstawie „Programu Szkolenia Siatkarza”, ogólne założenia metodyki nauczania i doskonalenia techniki i taktyki gry.

Taktyka zespołowa i indywidualna – taktyka ataku i obrony, systemy ataku i obrony, taktyka indywidualna w przyjęciu zagrywki, rozegrania piłki, atakowania, bloku i obrony

Technika – Zasady, metody, formy i rodzaje nauczania i doskonalenia techniki: przemieszczania i przyjmowania postaw siatkarskich, przyjęcia z podaniem sposobem górnym i dolnym, wystawiania, zagrywki, atakowania w różnych formach, bloku pojedynczego i grupowego, obrony piłki w polu.

Technika – systematyka wiczeń i metodyka nauczania postaw siatkarskich i sposobów przemieszczania, odbicia sposobem górnym, wystawiania, rozegrania piłki, przyjęcia zagrywki. Odbicia sposobem dolnym, przyjęcia zagrywki, wykonania zagrywki rotacyjnej, bezrotacyjnej, z wysokości. Atak w różnych formach, blok pojedynczy i grupowy, gra w obronie.

Taktyka zespołowa – taktyka gry w ataku i systemy gry w ataku. Przyjęcie zagrywki w poszczególnych etapach nauczania, sposoby asekuracji. Taktyka gry w obronie, systemy gry w obronie, wyprowadzanie kontrataku.

Semestr: 6

Forma zajęć : wiczenia praktyczne

Taktyka indywidualna – przykładowe wiczenia w poszczególnych elementach gry.

Gra – organizacja gry na poszczególnych etapach szkolenia. Mini-siatkówka, gra 6x6.

Przygotowanie sprawnościowe – metodyka kształtowania zdolności koordynacyjnych w piłce siatkowej, wiczenia gimnastyczne i akrobatyczne, kształtowanie skoczności, siły, szybkości w szkoleniu młodego siatkarza. Gry i zabawy ruchowe w treningu. Przykładowe jednostki treningowe na poszczególnych etapach szkolenia.

Rozgrzewka – rodzaje rozgrzewek, przykłady rozgrzewki przedmeczowej, wiczenia w części końcowej treningu

Kontrola – praktyczne sprawdziany techniki wybranych elementów gry, zdolności motorycznych, sprawności specjalnej

Observacje meczów i treningów – hospitowanie zaj w KU AZS, hospitowanie zaj prowadzonych przez trenerów w wybranym klubie pozauczelnianym, analiza wybranych meczów piłki siatkowej.

Kontrola techniki i sprawności specjalnej – ocena techniki za pomocą sprawdzianów i arkusza obserwacyjnego. Korygowanie błędów, diagnozowanie poziomu sprawności fizycznej.

Przygotowanie fizyczne, pedagogiczne i psychologiczne zawodnika - metodyka kształtowania zdolności motorycznych w strukturze treningu, relacje z zawodnikami, specyfika treningu chłopców i dziewcząt.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - pływanie				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

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	rozumie specyfik działalno ci sportowej w pływaniu w sensie biologicznym, społecznym i psychologicznym, w tym specyfik zachowania zdrowotnego sportowca pływaka;	1.1.01	wypowied ustna
2	zna podstawowe reguły, prawidłowo ci i zasady treningowe niezb dne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych w pływaniu;	1.1.02, 1.1.09	wypowied ustna
3	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych w pływaniu;	1.2.02	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dzuje zawody z pływania na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	1.2.02	wykonanie zadania
5	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie pływania;	1.2.03	wykonanie zadania
6	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizycznej w dziedzinie pływania dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	1.2.03	praca pisemna
7	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu pływania i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu, potrafi zrealizowa go w praktyce;	1.2.04	praca pisemna
8	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu pływania i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu, realizuje go w praktyce;	1.2.05	praca pisemna
9	umiej tnie organizuje i zarz dza imprez pływack w oparciu o obowi zuj ce prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, równie na zaawansowanym poziomie sportowym;	1.2.06, 1.2.08	wykonanie zadania
10	prawidłowo dobiera obci enia treningowe w pływaniu oraz rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej podopiecznych;	1.2.07	wykonanie zadania
11	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	1.3.06, B.1.K01	obserwacja zachowa

12	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	1.3.06, B.1.K01	obserwacja zachowa
13	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	1.3.07	obserwacja zachowa
14	szanuje współpracowników, zawodników, podopiecznych oraz rywali, propagując zasady szlachetnej rywalizacji;	B.2.K01	obserwacja zachowa
15	docenia pracę i postępy poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich porażek;	B.2.K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

<p>wiedza:</p> <p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu, referatu)</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia

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

Tematy programowe (opis skrócony)

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

Tematy programowe

Semestr: 5

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Dyscyplina kierunkowa Pływanie

Semestr: 6

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Dyscyplina kierunkowa Pływanie

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Dyscyplina kierunkowa - tenis				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c genez , rozwój oraz bie ce wydarzenia w tenisie. Opanował metodyk nauczania elementów technicznych i taktycznych oraz przepisy gry. Potrafi zaplanowa i przeprowadzi rozgrzewk	WF1_W08	kolokwium
2	Zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych w tenisie, posiada wiedz na temat BHP; rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych z zakresu organizacji i przeprowadzania imprez sportowych.	WF1_W08, WF1_W11	kolokwium
3	Posiada wysokie umieŃ no ci techniczne i fizyczne w zakresie tenisa, prezentuje poziom sprawno ci fizycznej, umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki.	WF1_U01	obserwacja wykonania zada
4	Prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	obserwacja wykonania zada
5	Prawidłowo s dziuje podstawowe dyscypliny sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y.	WF1_U06	obserwacja wykonania zada
6	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy tenisowego i w oparciu o wiedz płyn ca z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	obserwacja wykonania zada
7	Wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	Okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	Współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	Jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza:			

<p>ocena kolokwium (kolokwium pisemne - pytania testowe i otwarte)</p> <p>umiej tno ci:</p> <p>obserwacja wykonania zadań (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla techniki ruchu wybranych elementów z tenisa)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowań (obserwacja zachowań indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
<p>Warunki zaliczenia</p> <p>Aktywność studenta na zajęciach, kolokwia, realizacja indywidualnych ćwiczeń. Sprawdzian umiejętności technicznych poszczególnych elementów gry w tenisa. Zastosowanie poznanych umiejętności w grze. Sprawdzian teoretyczny obejmujący znajomość techniki, taktyki oraz metodyki nauczania tenisa.</p>
<p>Treści programowe (opis skrócony)</p> <p>Celem zajęć jest opanowanie podstawowej techniki gry w tenisa oraz metodyki nauczania. Poznanie podstaw historii tej dyscypliny sportu oraz zapoznanie się z nowoczesnymi metodami nauczania techniki gry.</p>
<p>Treści programowe</p>
<p>Semestr: 5</p>
<p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p>
<p>Historia tenisa. Technika gry w tenisa. Podstawowe uderzenia i zachowania na korcie. Przepisy gry w tenisa na poziomie podstawowym jak i wyczynowym. Tenis jako zjawisko w sporcie zarówno rekreacyjnym jak i wyczynowym.</p>
<p>Semestr: 6</p>
<p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p>
<p>Metodyka nauczania techniki gry w tenisa. Podstawy treningu sportowego. Planowanie pracy treningowej w sportowych grach indywidualnych jak jest tenis. Gra singlowa i gra deblowa - specyfika. Współpraca z naukami i zastosowanie naukowych metod treningowych. Monitorowanie i kontrolowanie obciążeń treningowych w tenisie.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Edukacja zdrowotna				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania	WF1_W06	kolokwium
2	legitymuje si ugruntowan wiedz na temat zasad zdrowego od ywania, prowadzenia zdrowego trybu ycia i zapobiegania chorobom cywilizacyjnym rozumie potrzeb edukowania innych (uczniów, zawodników, podopiecznych) w tym zakresie;	WF1_W07	kolokwium
3	potrafi projektowa i realizowa programy wychowawczo-profilaktyczne w zakresie tre ci i działa wychowawczych i profilaktycznych skierowanych do uczniów, ich rodziców lub opiekunów i nauczycieli;	1.2.05	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
6	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

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

kolokwium w formie pisemnej

Tre ci programowe (opis skrócony)

wykształcenie nawyków bezpo rednio lub po rednio zwi zanych z ochron i doskonaleniem zdrowia fizycznego i psychicznego; wyrabianie odpowiednich sprawnoci; nastawienie woli i kształtowanie postaw umo liwiaj cych stosowanie zasad higieny, skutecznej piel gnacji, zapobiegania chorobom i leczenia; pobudzanie pozytywnego zainteresowania sprawami zdrowia w wyniku epizodycznego i systematycznego

wzbogacania i pogłębienia wiedzy o sobie oraz o prawach i obowiązkach zdrowiem publicznym.
Treści programowe
Semestr: 1
Forma zajęć : wykład
<p>Ekologia środowiska nauki i pracy.</p> <p>Pojęcia choroby cywilizacyjnej oraz podstawowe informacje na temat czynników ryzyka</p> <ol style="list-style-type: none"> choroby układu krążenia (palenia papierosów, niewłaściwa dieta, brak ruchu, otyłość, stres) nowotwory (nowotwory tytoniowe i dietozależne) choroby psychiczne wypadki i urazy. <p>Założenia wybranych programów zdrowotnych i ekologicznych - zdrowa szkoła, zdrowe miasto (miasteczko, gminy), szkoły i miasta promujące zdrowie, przykłady prowadzonych w Polsce programów, np. Łódź – Zdrowe Miasto.</p> <p>Edukacja zdrowotna i ekologiczna w mediach (przykłady programów i dużych akcji informacyjnych, np. „Alkohol zabiera wolność”, „Narkotyki stop”, „Sprzeczanie wiata”).</p> <p>Internet w edukacji zdrowotnej i ekologicznej.</p> <p>Formy i metody stosowane w edukacji zdrowotnej i ekologicznej: metoda organizacji środowiska, przekazu wiedzy, pobudzania zachowań sprzyjających zdrowiu, metoda utrwalania po danych zachowań i przyzwyczajeniach zdrowotnych, metody aktywizujące (np. drama, techniki twórczego myślenia, konkursy).</p> <p>Scenariusze zajęć z zakresu edukacji zdrowotnej i ekologicznej (przykłady scenariuszy dla różnych grup wiekowych).</p> <p>Wsparcie społeczne, grupy samopomocowe i ruchy proekologiczne.</p> <p>Informacje na temat różnych instytucji rządowych, samorządowych, wyznaniowych i społecznych działających w dziedzinie ochrony środowiska i niesienia pomocy osobom chorym i potrzebującym.</p>
Forma zajęć : wiczenia praktyczne
<p>Definicja zdrowia, edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz współczesne podejście do problematyki zdrowia.</p> <p>Podstawowe pojęcia ekologiczne: populacja, zasoby przyrody, ekosystem, działania na rzecz ochrony środowiska.</p> <p>Wskaźniki zdrowia (długość życia, „jakość życia”, poziom odżywienia, współczynniki chorobowości i umieralności).</p> <p>Czynniki warunkujące zdrowie – genetyczne i środowiskowe (biologiczne, społeczne i ekonomiczne).</p> <p>Wielosektorowe i wielodyscyplinarne podejście do problemów edukacji zdrowotnej i ekologicznej.</p> <p>Zachowania prozdrowotne (prawidłowa dieta, ekologia żywienia, aktywność ruchowa, znaczenie wypoczynku i rekreacji, umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach (kontrola poziomu stresu).</p> <p>Zachowania antyzdrowotne (nikotynizm, alkoholizm, narkomania, ryzykowne zachowania seksualne).</p> <p>Pojęcia zdrowego stylu życia</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Emisja głosu				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie podstawy funkcjonowania i patologie aparatu mowy, zasady emisji głosu, podstawy funkcjonowania narz du wzroku i równowagi;	1.1.13	wypowied ustna
2	zna i rozumie znaczenie j zyka jako narz dzia pracy nauczyciela: problematyk pracy z uczniami z ograniczon znajomo ci j zyka polskiego lub zaburzeniami komunikacji j zkowej, metody porozumiewania si w celach dydaktycznych - sztuk wykładania i zadawania pyta , sposoby zwi kszania aktywno ci komunikacyjnej uczniów, praktyczne aspekty wyst pie publicznych - poprawno j zykow , etyk j zyka, etykiet korespondencji tradycyjnej i elektronicznej oraz zagadnienia zwi zane z emisj głosu - budow , działanie i ochron narz du mowy i zasady emisji głosu.	C.W07	praca pisemna
3	potrafi poprawnie posługiwa si j zykiem polskim i poprawnie oraz adekwatnie do wieku uczniów posługiwa si terminologi przedmiotu;	1.2.15	wykonanie zadania
4	potrafi posługiwa si aparatem mowy zgodnie z zasadami emisji głosu;	1.2.16	wykonanie zadania
5	potrafi posługiwa si zgodnie z zasadami aparatem emisji głosu;	C.U07	obserwacja wykonania zada
6	potrafi poprawnie posługiwa si j zykiem polskim.	C.W07, C.U08	obserwacja wykonania zada
7	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
8	jest gotów do skutecznego korygowania swoich bł dów j zkowych i doskonalenia aparatu emisji głosu.	C.K02	obserwacja wykonania zada
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)			

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

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

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

kompetencje społeczne:

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

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

Warunki zaliczenia

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

Treści programowe (opis skrócony)

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

Treści programowe

Semestr: 5

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Metodyczna praca pozyskiwania autoświadomości, w sztuce bycia sugestywnym i przekonyującym.

Głos jako źródło i podstawa ludzkiej ekspresji i mowy językowej.

W ramach Zajęć realizowane są następujące zagadnienia:

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

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Filozofia i socjologia				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		15	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		3

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie podstawy filozofii wychowania i aksjologii pedagogicznej, specyfik głównych rodowisk wychowawczych i procesów w nich zachodz cych;	1.1.01	wypowied ustna
2	ma ugruntowan wiedz na temat ewolucji kultury fizycznej i rozumie jej znaczenie w kontek cie wychowania, społeczno-kulturowego oraz filozoficznego rozwoju ludzko ci;	WF1_W02	kolokwium
3	posiada zaawansowan wiedz na temat wychowania i kształcenia, zna istotn terminologi zwi zan z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka;	WF1_W03	kolokwium
4	prezentuje zaawansowan wiedz o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawidłowo ci rz dz ce zwi zkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodz ce mi dzy nimi relacje i zakłócenia;	WF1_W04	kolokwium
5	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
6	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza:			
ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej;)			
kompetencje społeczne:			
obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Wykład: udział w dyskusji, obserwacja, obecno na zaj ciach. wiczenia: aktywno na zaj ciach, kolokwium			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Zapoznanie studentów z podstawow problematyk stanowi c tre filozofii i socjologii, fachow terminologi oraz struktur tych dziedzin wiedzy.			

Tre ci programowe
Semestr: 1
Forma zaj : wykład
Wykłady obejmuj podstawowe tre ci wprowadzaj co – porz dkuj ce problematyk wiedzy filozoficzno – socjologicznej w uj ciu epok historycznych oraz działów tych dyscyplin.
Forma zaj : wiczenia audytoryjne
wiczenia obejmuj bardziej monograficzne uj cie wybranych epok w przypadku filozofii, w tym kierunków w filozofii człowieka, za w przypadku socjologii s to kwestie struktury społecznej. Eksponowane jest tak e specyfika ycia społecznego na poziomie mikro, mezo i makro.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Fizjologia				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	4	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			90		7

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	posiada zaawansowan wiedz na temat fizjologii człowieka, zna istotn terminologi zwi zan z funkcjonowaniem organizmu człowieka	WF1_W03	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz na temat i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi wysiłku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium
3	umiej tnie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym do diagnostyki funkcjonalnej. Potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz ;	WF1_U02	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	profesjonalnie raport z bada fizjologicznych i w oparciu o wiedz płyn c z fizjologii potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
6	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

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, na laboratorium, innych formach zaj)

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Kolokwia i egzamin w formie testowej

Treści programowe (opis skrócony)
Fizjologia układu nerwowego. Fizjologia układu mięśniowego Fizjologia krwi. Fizjologia układu krążenia. Fizjologia układu oddechowego. Gruczoły dokrewne i ich hormony. Podstawy wydolności fizycznej.
Treści programowe
Semestr: 3
Forma zajęć : wykład
Mechanizm powstawania i przewodzenia impulsów nerwowych. Funkcje układu somatycznego i wegetatywnego. Centralny i obwodowy układ nerwowy. Receptory i ich podział. Budowa i zasada działania synaps nerwowych. Budowa łuku odruchowego. Odruchy u człowieka. Podział i budowa mięśni. Synapsa nerwowo-mięśniowa. Mechanizm skurczu mięśniowego. Energetyka pracy mięśniowej. Podział włókien mięśniowych. Funkcje krwi. Skład krwi – rola elementów morfotycznych i składników osocza. Liczba hematokrytowa. Odczyn Biernackiego. Grupy krwi.
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne
Odruchy u człowieka (badanie wybranych odruchów). Rodzaje skurczów mięśniowych. Badanie siły mięśniowej w różnych warunkach (spoczynek, zmęczenie) Wpływ wysiłku na liczbę hematokrytów . Grupy krwi. hemoglobina
Semestr: 4
Forma zajęć : wykład
Rola małego i dużego obiegu krwi. Automatyzm pracy serca. Cykl pracy serca. Rodzaje naczyń krwionośnych. Regulacja czynności serca. Regulacja przekroju naczyń krwionośnych. Ciężkość krwi i czynniki skurczów serca – wielkość naczyń, zależność, regulacja. Podstawy elektrokardiografii. Oddychanie płucne i tkankowe. Transport tlenu i dwutlenku węgla przez krew. Drogi oddechowe. Mechanizm wentylacji płuc. Wymiana gazów oddechowych. Całkowita pojemność płuc i jej składowe. Wentylacja minutowa płuc. Regulacja oddychania. Rodzaje hipoksji. Gruczoły dokrewne i ich hormony. Wydolność fizyczna i czynniki ją determinujące.
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne
Próby czynnościowe układu krążenia. Próby ortostatyczne, wpływ wysiłku na układ krążenia. Spirometria.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Fizjologia sportu				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
Razem			45		3

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia się			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia się
1	ma rozbudowaną wiedzę na temat funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodzące w ciele zdrowego człowieka w spoczynku i wysiłku fizycznym, zna w stopniu pogłębionym bionym fizjologii wysiłku fizycznego i sportu, dysponuje poszerzoną wiedzą na temat fizjologii sportu	1.1.02, 1.1.07	kolokwium
2	zna reguły, prawidłowości i zasady treningowe niezbędne do przygotowania zawodnika do zawodów sportowych oraz testy wydolnościowe niezbędne do oceny tego przygotowania	1.2.03, 1.2.02	kolokwium
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
Warunki zaliczenia			
Obecność na wykładach i ćwiczeniach. Przygotowanie kompletu sprawozdań z ćwiczeń. Zdane kolokwia (min. 60% pozytywnych odpowiedzi). Warunkiem przystąpienia do egzaminu jest uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń			
Treści programowe (opis skrócony)			
Podział wysiłków fizycznych. Podłoże energetyczne różnych wysiłków fizycznych (tlenowe i beztlenowe). Rodzaje skurczów i pracy mięśniowej. Siła i moc mięśni. Reakcje organizmu na wysiłki o różnym czasie trwania i intensywności: wysiłki dynamiczne, wysiłek standardowy o stałej intensywności, wysiłek progresywny, supramaksymalny, wysiłek statyczny, wysiłki interwałowe. Rozgrzewka fizyczna. Zjawiska występujące w czasie pracy fizycznej: deficyt i dług tlenowy, steady state. "Martwy punkt" i "drugi oddech", szok grawitacyjny, leukocytoza miogenna. Czynniki determinujące wydolność fizyczną. Metody oceny wydolności fizycznej. Maksymalny minutowy pobór tlenu i jego znaczenie. Maksymalna moc anaerobowa. Różnice między prógami w poziomie wydolności fizycznej. Rozwojowe zmiany wydolności tlenowej i beztlenowej. Zmiany fizyczne, przyczyny, objawy, zapobieganie. Ból mięśni. Wypoczynek. Superkompensacja.			
Treści programowe			
Semestr: 5			
Forma zajęć: wykład			
Bezpośrednio i pośrednio 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.			

Forma zaj : **wiczenia laboratoryjne**

Bezpo rednia i po rednie metody wyznaczania maksymalnego minutowego poboru tlenu. Analiza zmian wska ników fizjologicznych w czasie wysiłku progresywnego, kryteria wyznaczania maksymalnego minutowego poboru tlenu. Mechanizmy zaopatrzenia tlenowego. Progi metaboliczne, strefy metaboliczne, zakresy t tna. Analiza i interpretacja wyników testu Wingate. Ocena intensywno ci wysiłku.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Gimnastyka				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1, 2	1	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	S	30	Zaliczenie z ocen	2
1, 2	3	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	4	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			120		8

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza:			

ocena kolokwium (ocena kolokwium)
umiej tno ci:
ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)
ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)
kompetencje społeczne:
obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)
Warunki zaliczenia
<p>Aktywno studenta na zaj ciach, kolokwia, realizacja indywidualnych i grupowych układów wicze .</p> <p>Ocena efektów uczenia si na podstawie:</p> <p>- frekwencji zgodnej z Regulaminem studiów w ANS;</p> <p>- zaliczenia kolokwium na ocen :</p> <p>90% - 100 % - max liczby punktów - bardzo dobry</p> <p>89% - 85 % - max liczby punktów - plus dobry</p> <p>84% - 71 % - max liczby punktów - dobry</p> <p>70% - 66 % - max liczby punktów - plus dostateczny</p> <p>50% - 65 % - max liczby punktów - dostateczny</p> <p>- jako ci i zgodnie ci obowi zkowych układów wicze z wzorcem ruchowym oraz opracowanych konspektów zaj z wzorem:</p> <p>90% - 100 % - zgodnie ci z wzorcem - bardzo dobry</p> <p>89% - 85% - zgodnie ci z wzorcem - plus dobry</p> <p>84% - 71% - zgodnie ci z wzorcem - dobry</p> <p>70% - 66% - zgodnie ci z wzorcem - plus dostateczny</p> <p>50% - 65% - zgodnie ci z wzorcem - dostateczny</p> <p>Szczegółowe wymagania i kryteria oceny prezentowane s na pierwszych zaj ciach</p>
Tre ci programowe (opis skrócony)
<p>Kształtowanie ponadprzeci tnego poziomu sprawno ci motorycznej, opanowanie podstawowych umiej tno ci specjalnych, wzbogacenie wiedzy z zakresu historii, systematyki, nazewnictwa, techniki oraz metodyki nauczania gimnastyki podstawowej. Komponowanie własnych układów wicze wolnych na cie ce gimnastycznej, dr ku, kółkach gimnastycznych, równowa ni oraz por czach symetrycznych</p>
Tre ci programowe
Semestr: 1
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)
<p>kobiety-Technika wykonania i metodyka nauczania podstawowych wicze gimnastycznych. Wykonanie układów wicze na cie ce gimnastycznej, dr ku i równowa ni.</p> <p>wiczenia porz dkowo-dyscyplinuj ce. wiczenia kształtuj ce wolne, z przyborami typowymi i nietypowymi, ze współ wicz cym, na ławeczkach, przy drabinkach i do muzyki.</p> <p>m czy ni-Nauka i doskonalenie wicze porz dkowo-dyscyplinuj cych: musztra elementarna, ustawienie grup przy przyrz dach, podchodzenie i odchodzenie od przyrz dów, noszenie</p> <p>i ustawianie przyrz dów oraz sprz tu, formowanie kolumn wiczebnych. Nauka</p> <p>oraz doskonalenie wicze kształtuj cych we wszystkich pozycjach wyj ciowych: wolne,</p> <p>z przyborami typowymi i niekonwencjonalnymi, ze współ wicz cym, na ławeczkach, przy muzyce i do muzyki.</p>
Semestr: 2
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)
<p>kobiety- wiczenia na ławeczkach i równowa ni: wej cia, wyskoki, przej cia, pozycje równowa ne, siady, le enia obroty, piruety, zej cia i zeskoki.</p> <p>wiczenia w zwisach i podporach: wymyk i odmyk na dr ku, zwis przewrotny i przerzutny, wspieranie kroczone, kołowroty.</p> <p>m czy ni-Nauka i doskonalenie wicze równowa nych na ławeczkach i równowa ni: wej cia i wyskoki na równowa ni , chody, obni anie rodka ci ko ci, półobroty, obroty, pozy, uniki, półwagi, le enia, zej cia i zeskoki.</p>
Semestr: 3
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)
<p>kobiety- wiczenia zwinno ciowo- akrobatyczne: przewroty w przód i tył, stanie na głowie, przedramionach i ramionach, przerzuty w przód i boki, wychwyty z głowy i z karku.</p> <p>m czy ni-Nauka</p> <p>i doskonalenie wicze w zwisach i podporach na niskim i wysokim dr ku, kółkach gimnastycznych, por czach symetrycznych, linach, drabinkach i skrzyni: wej cie na dr ek wymykiem przodem, sił , wymykiem tyłem, wspieraniem wychwytem, przemachy kuczne, podpory kroczone, kołowroty na podudziu i kroczone, zeskoki podmykiem; zawrotne;</p>

odwrotne, wspierania w przednim i tylnym zamachu, stanie na barkach, kołowroty w podporze przodem, zeskokki kuczne i p

Semestr: 4

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

kobiety- wiczenia dwójkowe i wieloosobowe. Wolne przewroty lotne. Przewroty dwójkowe tzw. "czołg".

Skoki przez kozła i skrzyni : rozkroczny, kuczny, zawrotny, odwrotny.

m czy ni-Nauka i doskonalenie wicze akrobatycznych na cie ce gimnastycznej: przewroty w przód i w tył, stania na głowie, na przedramionach i na RR, przerzuty: bokiem; przodem i tyłem, wychwyty z karku

i z głowy. wiczenia dwójkowe i piramidy. Wolne przewroty lotne. Skoki proste i złożone przez kozła oraz skrzyni : odwrotny, zawrotny, odboczny, rozkroczny, kuczny, obrotowe oraz ł czone.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Historia kultury fizycznej				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	2
Razem			45		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Zna istotne poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada podstawowa wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe warto ci kultury fizycznej	WF1_W01	kolokwium
2	Ma ugruntowana wiedz na temat ewolucji kultury fizycznej i rozumie jej znaczenie w kontek cie wychowania, społeczno-kulturowego oraz filozoficznego rozwoju ludzko ci	WF1_W02	kolokwium
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemysle ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	umiej tnie przedstawia w formie pisemnej program zamierzonych działań oraz dokumentuje wyniki pracy swojej lub zespołu, zgodnie z wymaganiami instytucji o wiatowych;	WF1_U08	wykonanie zadania
5	jest gotów do adaptowania metod pracy do potrzeb i ró nych stylów uczenia si uczniów;	D.1/E.1.K01	obserwacja zachowa
6	jest gotów do budowania systemu warto ci i rozwijania postaw etycznych uczniów oraz kształtowania ich kompetencji komunikacyjnych i nawyków kulturalnych;	D.1/E.1.K06	obserwacja zachowa
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
<p>Warunki zaliczenia</p> <p>Znajomo cało ci materiału dydaktycznego, aktywne uczestnictwo w zaj ciach (udział w dyskusji, opracowanie referatu). Dwa pisemne kolokwia w ci gu semestru.</p>

Tre ci programowe (opis skrócony)
Prezentacja dorobku polskiej i światowej kultury fizycznej od czasów antycznych, do współczesności, przynajmniej do przemian ustrojowych w Polsce i w Europie rodowej w 1989 r.
Tre ci programowe
Semestr: 1
Forma zaj : wykład
Kultura fizyczna w dwudziestoleciu międzywojennym w Europie i Polsce (działalność państwa i organizacji sportowych). Osiedlenia sportu polskiego w latach 1918-1939. Działalność państwowej Urzędu WF i PW. Straty polskiego sportu w kresie wojny i okupacji. Rozwój kultury fizycznej w Polsce w nowych warunkach w latach 1945-1989. Nowe możliwości kultury fizycznej po 1989 r.
Forma zaj : wiczenia audytoryjne
Kultura fizyczna w epoce antycznej (Babilonia, Indie, Chiny, Japonia, Egipt, Grecja, Rzym). Aktywność fizyczna w epoce średniowiecza, renesansu i baroku. Aktywność fizyczna i jej przejawy w epoce oświecenia z uwzględnieniem Polski (Collegium Nobilium, Szkoła Rycerska, KEN). Kultura fizyczna w Polsce i Europie w XIX w. ze szczególnym uwzględnieniem ruchu sokolego i innych towarzystw sportowych. System gimnastyki szwedzkiej i niemieckiej. Początki zorganizowanego sportu wyczynowego.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Kalistenika				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna zagadnienia zwi zane z teoria treningu kalisteniki;	WF1_W15	wykonanie zadania
2	student potrafi zademonstrowa wiczenia z zakresu treningu kalisteniki;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	student potrafi dobrać odpowiednie wiczenia z zakresu treningu kalisteniki dostosowane do mo liwosci w zale nosci od jednostki treningowej;	WF1_U09	wykonanie zadania
4	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie treningu kalisteniki;	WF1_K01	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu kalisteniki;)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu kalisteniki;)

kompetencje społeczne:

rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z kalisteniki. Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, których frekwencja na zaj ciach wyniosła ponad 80%.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Opanowanie podstawowych elementów technicznych z kalisteniki. Metodyka nauczania wybranych elementów technicznych z kalisteniki.

Tre ci programowe

Semestr: 5

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

1. Regulamin zaj .
2. Kształtowanie po danego poziomu sprawno ci fizycznej.
3. wiczenia ukierunkowane. Bezpiecze stwo wicz cych. Pady do tyłu, w bok i w przód jako elementy samoasekuracji podczas wykonywania wicze w zwisie (metodyka nauczania).

4. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – Pompki (metodyka nauczania).
5. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – Przysiady (metodyka nauczania).
6. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – Podciąganie na drążku (metodyka nauczania).
7. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – Pompki na poręczach (metodyka nauczania).
8. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – Wyjście siłowe na drążek oraz ćwiczenia pomocnicze (metodyka nauczania).

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Kettlebell				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna zagadnienia zwi zane z teoria treningu kettlebell;	WF1_W15	wykonanie zadania
2	student potrafi zademonstrowa wiczenia z zakresu treningu kettlebell;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	student potrafi dobrać odpowiednie wiczenia z zakresu treningu kettlebell dostosowane do mo liwosci w zale nosci od jednostki treningowej;	WF1_U09	wykonanie zadania
4	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie treningu kettlebell;	WF1_K01	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu kettlebell;)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu kettlebell;)

kompetencje społeczne:

rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych wybranych elementów treningu z kettlebell. Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, których frekwencja na zaj ciach wyniosła ponad 80%.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Opanowanie podstawowych elementów technicznych treningu z kettlebell, umo liwiaj cych zastosowanie ich w procesie treningowym. Metodyka nauczania wybranych elementów wicze z kettlebell

Tre ci programowe

Semestr: 3

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

1. Regulamin zaj .
- 2.. Kształtowanie po danego poziomu sprawno ci fizycznej.
- 3.. wiczenia ukierunkowane. "tureckie wstawanie", "wiatrak", "stojak przedni" jako element bezpiecznego treningu

z kettlebell

4. Nauka i doskonalenie elementów technicznych - wymach (metodyka nauczania).
5. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – zarzut (metodyka nauczania).
6. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – podrzut (metodyka nauczania).
7. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – rwanie (metodyka nauczania).
8. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – wyciskanie ołnierkie (metodyka nauczania).
7. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – wiczenia pomocnicze wykorzystywane w treningu kettlebell (metodyka nauczania).
8. Implementacja treningu z kettlebell w treningu sportowym

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Koszykówka				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma wiedz z zakresu kultury fizycznej, docenia rol kultury fizycznej w procesie wychowawczym i społecznym	WF1_W01	wypowied ustna
2	ma uporz dkowan wiedz obejmuj c znajomo terminologii koszykarskiej, metod i form nauczania gry w koszykówk na poszczególnych etapach rozwoju młodzie y	WF1_W08	wypowied ustna
3	jest przygotowany do bezpiecznego, higienicznego i odpowiedzialnego prowadzenia zaj z koszykówki	WF1_W11	wypowied ustna
4	posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie koszykówki	WF1_U01	wykonanie zadania
5	umie prawidłowo oceni potencjał motoryczny wicz cych w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów w elementach techniki koszykarskiej	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo s dziuje mecze koszykówki na poziomie szkolnej rywalizacji	WF1_U06	wykonanie zadania
7	potrafi przygotowa konspekt lekcyjny z zakresu koszykówki i realizowa go w praktyce w oparciu o posiadana wiedz	WF1_U10	praca pisemna
8	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje wie zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, uczniom, zwraca uwag na zachowanie podopiecznych, wykazuj c zrozumiało dla ich słabo ci i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
10	współpracuje w zespole wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca, kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się
<p>wiedza:</p> <p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wyczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowań (obserwacja zachowań indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
Warunki zaliczenia
<p>Sprawdzian praktyczny i teoretyczny pod koniec semestru I, II.</p> <p>Sprawdzian praktyczny - ocena umiejętności na podstawie obserwacji poprawności wykonania elementów techniki koszykówki.</p> <p>Sprawdzian teoretycznej wiedzy z zagadnień techniki wykonania i metodyki nauczania poszczególnych elementów techniki koszykarskiej oraz znajomości przepisów gry.</p> <p>Obecność na zajęciach zgodnie z regulaminem studiów PWSZ w Tarnowie.</p>
Treści programowe (opis skrócony)
<p>Zapoznanie się studenta z systematyką elementów technicznych gry, metodyki nauczania (zasady, metody, formy) koszykówki w szkole. Zaznajomienie z głównymi założeniami zespołowej gry w ataku i obronie.</p>
Treści programowe
<p>Semestr: 1</p>
<p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p>
<p>Rys historyczny powstania i rozwoju koszykówki. Zasady, metody i formy stosowane w nauczaniu techniki i taktyki koszykarskiej.</p> <p>Nauczanie elementów techniki - poruszanie się po boisku bez piłki, chwytów, podań, kozłowania, rzutów do kosza, zbierania piłki z tablicy w ataku i obronie, wyszkolenia technicznego w obronie. Metodyka i zasoby wicze w nauczaniu wyżej wymienionych elementów techniki. Wykorzystanie gier i zabaw w nauczaniu techniki koszykarskiej.</p>
<p>Semestr: 2</p>
<p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p>
<p>Technika zespołowego ataku i sposobów gry w obronie – metodyka nauczania. Opracowywanie konspektów lekcyjnych z koszykówki lub planu treningowego. Prowadzenie zajęć według opracowanych konspektów. Planowanie i organizacja pracy w różnych grupach wiekowych oraz sposoby kontroli jej efektów. Przepisy gry w koszykówkę – interpretacja i praktyczne ich zastosowanie w grze. Sposoby organizacji rozgrywek i turniejów.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Lekkoatletyka				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2, 3	3	S	15	Zaliczenie z ocen	1
	4	S	30	Zaliczenie z ocen	2
2, 3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	1
	6	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			105		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, lekkiej atletyki, zna przepisy, oraz podstawy treningu sportowego wybranych konkurencji lekkoatletycznych;	WF1_W08	wypowied ustna
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj sportowych a szczególnie w rzutach lekkoatletycznych;	WF1_W11	wypowied ustna
3	legitymuje si ponadprzecni m poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych konkurencji lekkoatletycznych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dzuje podstawowe konkurencje lekkoatletyczne na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcji i jednostki treningowej w wybranych konkurencjach lekkoatletycznych;	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	rozmowa nieformalna
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej;)			
umiej tno ci:			

<p>ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p> <p>rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)</p>
<p>Warunki zaliczenia</p> <p>Sprawdzian praktyczny umiej tno ci technicznych w wybranych konkurencjach lekkoatletycznych takich jak: sprinty, skok w dal, skok wzwy , pchni cie kul , rzut oszczepem, bieg przez płotki, Sprawdzian mo liwo ci wykorzystania tych umiej tno ci w postaci uzyskania konkretnych rezultatów w wieloboju lekkoatletycznym, sprawdzian teoretyczny znajomo ci przepisów, techniki ruchu oraz metodyki nauczania poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych. Obecno ci na zaj ciach. Udział w biegu masowym organizowanym przez Katedr WF. Ka da nieusprawiedliwiona nieobecno powoduje obni enie oceny o 0,5 stopnia.</p>
<p>Tre ci programowe (opis skrócony)</p> <p>Zapoznanie ze wszystkimi i opanowanie podstawowych konkurencji lekkoatletycznych. Zapoznanie si z mo liwo ciami zastosowania treningu lekkoatletycznego w szkole i przyszłolnym klubie sportowym</p>
<p>Tre ci programowe</p>
<p>Semestr: 3</p>
<p>Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)</p> <p>Zastosowanie w lekcji wychowania fizycznego zabaw lekkoatletycznych rozwijaj cych szybko i skoczno . Zastosowanie w lekcji wychowania fizycznego zabaw kształtuj cych wytrzymało biegow . Zastosowanie zabaw siłowych przygotowuj cych do rzutów lekkoatletycznych.</p>
<p>Semestr: 4</p>
<p>Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)</p> <p>Prezentacja wicze przygotowawczych do wszystkich konkurencji lekkoatletycznych. Nauczanie techniki skoku w dal wszystkimi stylami. Nauczanie pchni cia kul wszystkimi stylami. Metody rozwijania wytrzymało ci biegowej biegacza na rednie i długie dystanse.</p>
<p>Semestr: 5</p>
<p>Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)</p> <p>Skok wzwy technik naturaln . Skok wzwy technika przerzutow – znaczenie i mo liwo ci wykorzystania w pracy z dzie mi na pocz tkowym etapie szkolenia. Skok o tyczce, rzut dyskiem, rzut młotem i trójskok-konkurencje wymagaj ce dodatkowych zabezpiecze lub trudne ze wzgl du na wymagania sprawno ciowe. wiczenia przygotowawcze.</p>
<p>Semestr: 6</p>
<p>Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)</p> <p>Skok wzwy technik flop. Nauczanie i doskonalenie techniki. Nauczanie i doskonalenie techniki biegu przez płotki ze szczególnym uwzgl dnieniem mo liwo ci zastosowania jej w szkole. Rzut oszczepem nauczanie i doskonalenie. Wieloboje lekkoatletyczne. Udział w organizowaniu i s dziowaniu zawodów lekkoatletycznych.</p>

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			
Forma studiów:		stacjonarne			
Nazwa katalogu:		WOZ-WF-I-23/24Z			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2, 3	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2, 3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS 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)

umiej tno ci:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na wiczeniach)

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub długiej),
ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów,
ocena udziału w dyskusji,
rozmowa nieformalna)

kompetencje społeczne:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk)
ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk)
ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie)
ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach)
ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub długiej),
ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów,
ocena udziału w dyskusji,
rozmowa nieformalna)

Warunki zaliczenia

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 ANS w Tarnowie.

Treści programowe (opis skrócony)

Podczas zajęć rozwijane są cztery sprawności językowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umożliwia zapoznanie się z użyciem języka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia się w umiejętności wyszukiwania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiejętność uczestniczenia w rozmowie wymagającej bezpośredniej wymiany informacji na znane uczuciu siły tematy, posługiwania się ściśle wyrażeniami i zdaniem niezbyt długimi, by wziąć udział lub podtrzyma rozmowę na dany temat, relacjonowania wydarzeń, opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiejętność pisania dotyczy wyrażenia myśli, opinii w sposób pisany uwzględniający reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowujący język i formę do sytuacji. Przejawia się w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomości wynikających z doraźnych potrzeb.

Treści programowe

Semestr: 3

Forma zajęć : **lektorat**

Zagadnienia leksykalne:

restauracje i ich rodzaje, jedzenie poza domem
miasto, dom, mieszkanie, przeprowadzka i remont
rozrywka, sztuka i jej twórcy
praca
człowiek, osobowość, charakter, ubiór
nauka i technika, media społecznościowe
turystyka
przebiegi i wypadki
pieniądze, banki, prowadzenie firmy, trudny klient
edukacja, nowe projekty
uczucia i marzenia

Treści gramatyczne:

rzeczownik i jego funkcje
przymiotnik - porównania
czasowniki i rzeczowniki złożone
czasy teraźniejsze
wyrażanie przeszłości
przedimki
czasowniki modalne
czasy przeszłe
przymiotniki i przysłówki
mowa zależna

Semestr: 4
Forma zaj : lektorat
Zagadnienia leksykalne : kino, telewizja, filmy zakupy i usługi, produkty zdrowie i problemy zdrowotne, zdrowy styl ycia przyroda i ochrona rodowiska Tre ci gramatyczne: wyranie przyszłoci przymiotniki strona bierna składnia czasowników, czasowniki frazowe konstrukcja : have sth done typy zda
Semestr: 5
Forma zaj : lektorat
Zagadnienia leksykalne : rodzina i relacje mi dzyludzkie pa stwo i społecze stwo, kwestie społeczne sport i rywalizacja autorytety, celebryci, sława Tre ci gramatyczne: spójniki wyranie ycze , konstrukcja 'i wish' okresy warunkowe czasy gramatyczne czasowniki frazowe i modalne słowotwórstwo

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Studium J zyków Obcych				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Lektorat j zyka francuskiego				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2, 3	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2, 3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk)
ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS 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)

umiej tno ci:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk)
ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS w Tarnowie)
ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na wiczeniach)

<p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>kompetencje społeczne: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadań otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej, ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p>
Warunki zaliczenia
<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 ANS w Tarnowie.</p>
Treści programowe (opis skrócony)
<p>Podczas zajęć rozwijane są cztery sprawności językowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umożliwia zapoznanie się z użyciem języka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia się w umiejętności wyszukiwania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiejętność uczestniczenia w rozmowie wymagającej bezpośredniej wymiany informacji na znane uczuciu siły tematy, posługiwania się językiem wyrażenia i zdaniem, by wziąć udział lub podtrzyma rozmowę na dany temat, relacjonowania wydarzeń, opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiejętność pisania dotyczy wyrażenia myśli, opinii w sposób pisany uwzględniający reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowywanie języka i formy do sytuacji. Przejawia się w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomości wynikających z doraźnych potrzeb.</p>
Treści programowe
Semestr: 3
Forma zajęć : lektorat
<p>Zakres gramatyczny: Rozróżnianie i stosowanie: liczby pojedynczej i mnogiej, rodzaju męskiego i żeńskiego rzeczowników i przymiotników, rodzajników i przymiowników. Liczebniki. Forma grzecznościowa. Czasowniki regularne trzech koniugacji i wagi nie regularne (?tre, avoir, aller, venir, dire, partir, vouloir, pouvoir, devoir, boire, faire, traduire, etc.) w czasie teraźniejszym (présent) trybu oznajmującego</p> <p>Zakres leksykalny: Komunikacja ustna w sytuacjach życia codziennego: powitanie, pozdrowienie, podziękowanie, przeprosiny. Podawanie danych personalnych, wypełnianie formularza, przedstawianie się i przedstawianie innej osoby, jej opis. Rodzina. Godziny i daty. Kolory. Zainteresowania i czas wolny; sport.</p>
Semestr: 4
Forma zajęć : lektorat
<p>Zakres gramatyczny: Rozróżnianie i stosowanie: zaimków wskazujących, dzierżawczych oraz zaimków y, en. Przysłówki. Stopniowanie przymiotników i przysłówek. Czasowniki regularne i nieregularne w następujących czasach trybu oznajmującego: passé récent i futur proche.</p> <p>Zakres leksykalny: Przeprowadzanie rozmowy telefonicznej. Zapraszanie i proponowanie, akceptacja i odmowa, wyrażanie własnej opinii, upodobania i dezaprobaty. Wyrażanie uczucia, woli, przymusu, nakazu i zakazu, zachęty, porównywanie. Ubrania i moda. Dom; wynajem i kupno mieszkania. Życie w mieście i na wsi. Wyrażanie relacji przestrzennych i czasowych.</p>
Semestr: 5
Forma zajęć : lektorat

Zakres gramatyczny:

Rozróżnianie i stosowanie: zaimków dopełnienia bliższego i dalszego oraz zaimków względnych. Czasowniki regularne i nieregularne w następujących czasach trybu oznajmującego: passé composé, imparfait i futur simple. Budowa zdań pojedynczych i złożonych. Zgodność czasów. Różnice rejestru języka.

Zakres leksykalny:

zwyczajne, zwyczajne wywierciowe. Stan zdrowia i służba zdrowia. Nauka, studia i praca – plany na przyszłość. Wakacje i podróże. Pogoda. Przeprowadzanie rozmowy w następujących sytuacjach: w sekretariacie, w podróży (na stacji, w pociągu, na lotnisku), w restauracji, w kawiarni, w hotelu, w sklepie, u lekarza, na poczcie.

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				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2, 3	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2, 3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk)
ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS 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)

umiej tno ci:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk)
ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS w Tarnowie)
ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na wiczeniach)

<p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub długiej), ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p> <p>kompetencje społeczne: egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowujący zajęcia, egzamin pisemny w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zadania otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach, obecność na zajęciach zgodna z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie) ocena wykonania zadania (ocena prezentacji multimedialnej, ocena zadania projektowego, ocena wykonania zadania na ćwiczeniach) ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub długiej), ocena wystąpienia podczas prezentacji, projektów referatów, ocena udziału w dyskusji, rozmowa nieformalna)</p>
Warunki zaliczenia
<p>Przewodzi 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 ANS w Tarnowie.</p>
Treści programowe (opis skrócony)
<p>Podczas zajęć rozwijane są cztery sprawności językowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umożliwia zapoznanie się z użyciem języka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia się w umiejętności wyszukiwania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiejętność uczestniczenia w rozmowie wymagającej bezpośredniej wymiany informacji na znane uczuciu siły tematy, posługiwania się językiem wyrażenia i zdania niezbyt długich, by wziąć udział lub podtrzyma rozmowę na dany temat, relacjonowania wydarzeń, opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiejętność pisania dotyczy wyrażenia myśli, opinii w sposób pisany uwzględniający reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowujący język i formę do sytuacji. Przejawia się w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomości wynikających z doraźnych potrzeb.</p>
Treści programowe
Semestr: 3
Forma zajęć : lektorat
<p>Zagadnienia gramatyczne: czasownik, czas teraźniejszy, pytania, przeczenia, szyk wyrazów w zdaniu pytającym i oznajmującym, rodzajniki, zaimki dzierżawcze i osobowe, przyimki, czasownik: czasy przeszłe, czasowniki modalne, zdania współzależne, przymiotnik: stopniowanie, tryb rozkazujący</p> <p>Zagadnienia leksykalne: komunikacja ustna w sytuacjach życia codziennego: powitanie, pożegnanie, podziękowanie, przeprosiny. Podawanie danych personalnych, wypełnianie formularza, przedstawianie się i przedstawianie innej osoby, jej opis. Rodzina. Godziny i daty. Kolory. Zainteresowania i czas wolny; sport</p>
Semestr: 4
Forma zajęć : lektorat
<p>Zagadnienia gramatyczne: zdania podrzędne złożone, przysłówki, czasowniki zwrotne, zaimek względny, czasowniki modalne: czas przeszły, zdania przydawkowe, zdania porównawcze, czasowe, celowe</p> <p>Zagadnienia leksykalne: przeprowadzanie rozmowy telefonicznej. Zapraszanie i proponowanie, akceptacja i odmowa, wyrażanie własnej opinii, upodobanie i dezaprobaty. Wyrażanie uczucia, woli, przymusu, nakazu i zakazu, zachęty, porównywanie. Ubrania i moda. Dom: wynajem i kupno mieszkania. Życie w mieście i na wsi. Wyrażanie relacji przestrzennych i czasowych</p>
Semestr: 5
Forma zajęć : lektorat
<p>Zagadnienia gramatyczne: czasownik: strona bierna, przymiotnik: odmiana, przysłówki zaimkowe: Konjunktiv II, mowa zależna, spójniki złożone,</p>

funkcje czasów

Zagadnienia leksykalne:

zwyczajnie, zwyczajnie, zwyczajnie. Stan zdrowia i słaba zdrowia. Nauka, studia i praca – plany na przyszłość. Wakacje i podróże. Pogoda. Przeprowadzanie rozmowy w następujących sytuacjach: w sekretariacie, w podróży (na stacji, w pociągu, na lotnisku), w restauracji, w kawiarni, w hotelu, w sklepie, u lekarza, na poczcie

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				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2, 3	3	L	60	Zaliczenie z ocen	2
	4	L	30	Zaliczenie z ocen	1
2, 3	5	L	30	Egzamin	3
Razem			120		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu praw autorskich	WF1_W10	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
2	porozumiewa si w wybranym nowo ytnym j zyku obcym zgodnie z wymogami okre lonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia J zykowego	WF1_U15	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	egzamin, kolokwium, wykonanie zadania, ocena aktywno ci, wypowied ustna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS 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)

umiej tno ci:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu, testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk) ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu, 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 ANS 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)

kompetencje społeczne:

egzamin (egzamin ustny oraz pisemny podsumowuj cy zaj cia, egzamin pisemny w formie: zada otwartych np. listu,
testów wielokrotnego wyboru lub wielokrotnej odpowiedzi, testu wyboru Tak/Nie i dopasowania odpowiedzi, uzupełnianie luk)
ocena kolokwium (weryfikacja prac pisemnych: kolokwia w formie: zada otwartych np. listu,
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 ANS 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)

Warunki zaliczenia

Prowadz cy zaj cia, na podstawie stopnia opanowania przez studenta obowi zuj cych tre ci programowych danego przedmiotu, w oparciu o własne do wiadzenie dydaktyczne, formułuje ocen , posługuj c si kryteriami zgodnymi z Regulaminem Studiów ANS w Tarnowie.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Podczas zaj rozwijane s cztery sprawno ci j zykowe: słuchanie ze zrozumieniem, czytanie ze zrozumieniem, mówienie i pisanie. Słuchanie ze zrozumieniem umo liwia zapoznanie si z u yciem j zyka w naturalnych warunkach, ze sposobem wymowy, akcentowania, intonacji. Czytanie ze zrozumieniem przejawia si w umiej tno ci wyszukania konkretnych informacji, lub zrozumienie ogólnego sensu tekstu. Mówienie to umiej tno uczestniczenia w rozmowie wymagaj cej bezpo redniej wymiany informacji na znane ucz emu si tematy, posługiwania si ci giem wyra e i zda niezbdnych, by wzi udział lub podtrzyma rozmow na dany temat, relacjonowania wydarze , opisywania ludzi, przedmiotów, miejsc, przedstawiania i uzasadniania swojej opinii. Umiej tno pisania dotyczy wyra enia my li, opinii w sposób pisany uwzgl dniaj c reguły gramatyczno-ortograficzne, dostosowuj c j zyk i form do sytuacji. Przejawia si w redagowaniu listu, maila, notatek lub wiadomo ci wynikaj cych z dora nych potrzeb.

Tre ci programowe

Semestr: 3

Forma zaj : **lektorat**

Zagadnienia leksykalne:

szkoła i system edukacyjny

opis i charakterystyka osoby, wspomnienia

posiłki i upodobania kulinarne, wyra anie opinii, przepisy

przekazywanie informacji, komentowanie, opowiadanie faktów historycznych

praca i jej poszukiwanie, dokumenty, rozmowa formalna

wyra anie emocji, opowiadanie o sobie, charakter i osobowo

wywiad, marzenia

film i sztuki wizualne, opowiadanie tre ci, dyskusja

zdarzenia drogowe, ruch uliczny

pieni dze, banki, firma

Zagadnienia gramatyczne:

czasy przeszłe i czasowniki posiłkowe,

czasowniki zwrotne

czas przyszły uprzedni

tryb congiuntivo

strona bierna

czasowniki z przyimkami

tryb condizionale

przymiotniki - stopie najwy szy

zgodno czasów

wybrane typy zda podrz dnych

synonimy i przeciwie stwa

okresy warunkowe

wyra anie przyszło ci okre lniki rzeczownika
Semestr: 4
Forma zaj : lektorat
Zagadnienia leksykalne: media i telewizja, debata muzea i kultura - opis miasta, wystawy, dzieła sztuki zakupy i usługi, produkty - charakterystyka zdrowie i problemy zdrowotne, zdrowy styl ycia przyroda i ochrona rodowiska Zagadnienia gramatyczne: wyra anie przeszło ci i przyszło ci zastosowania trybu congiuntivo - c.d. strona bierna zaimki składnia czasowników, konstrukcje z przyimkami typy zda współrz dnie złoż onych
Semestr: 5
Forma zaj : lektorat
Zagadnienia leksykalne: rodzina, miło , przyja , relacje międzyludzkie, wyra anie uczu społecze stwo, pa stwo, kwestie społeczne i finansowe Włochy dzisiaj - wybrane zagadnienia elementy włoskiej kultury i ciekawostki sport i rozrywki - opinie plany na przyszło Zagadnienia gramatyczne: spójniki gerundio, participio, bezokolicznik przysłówki wyra anie ycze , obawy, oburzenia, alu, zamiaru sugestie i udzielanie porady mowa zależa na zdania podrz dnie złoż one rejstry j zyka elementy słowotwórstwa

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				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
	6	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	potrafi samodzielnie rozwija wiedz i umiej tno ci pedagogiczne z wykorzystaniem ró nych ródeł, w tym obcoj zycznych, i technologii.	1.2.18	wykonanie zadania
2	potrafi korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych;	WF1_U03	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemyle ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Przygotowanie prezentacji (PowerPoint) z wykorzystaniem elementów przygotowanych na wiczeniach. Sprawdzian przenoszenia danych od pliku tekstowego do bazy danych. Wykorzystanie korespondencji seryjnej. Korespondencja komputerowa.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Zapoznanie z dodatkowymi mo liwo ciami pakietu MS Office, porównanie z pakietem Open Office. Podstawowe informacje na temat grafiki komputerowej.			
Tre ci programowe			
Semestr: 5			
Forma zaj : zaj cia z technologii informacyjnych			
Przedmiot jest podzielony na dwie główne cz ci. Pierwsza dotyczy umiej tno ci wykorzystania danych w ró nych pakietach pakietu Office. Przenoszenie danych (zapis i odczyt z przeformatowaniem danych). Wykorzystanie tabel (danych tabelarycznych) do ich analizy. Tworzenie konspektów i zestawie pomocnych w pracy trenera i nauczyciela. Opracowanie wyników (wykresy i zestawienia) na przykładzie próby Harvardzkiej (Excel), wydruk za wiadcze z wynikami tej e próby (Word – korespondencja seryjna).			

Semestr: 6

Forma zaj : **zaj cia z technologii informacyjnych**

Cz druga dotyczy narz dzi graficznych. Zapoznanie z typami plików graficznych i audio, podstawowe zasady edycji. Wykorzystanie narz dzi do tworzenia prezentacji multimedialnych (Power Point, filmiki).

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Metodyka wicze korekcyjno-kompensacyjnych				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

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 podstawowa wiedz dotycz c charakterystyki wad postawy w płaszczy nie strzałkowej i czołowej oraz wad ko czyn.	1.1.01, 1.1.02, 1.1.03, 1.1.04, 1.1.05, 1.1.06, 1.1.07, 1.1.08, 1.1.09, 1.1.10	obserwacja wykonania zada
2	Potrafi dobra , zastosowa i przeprowadzi postepowanie korekcyjne w poszczególnych wadach postawy.	1.2.01, 1.2.02, 1.2.03, 1.2.04, 1.2.05, 1.2.06, 1.2.07, 1.2.08, 1.2.09, 1.2.10	obserwacja wykonania zada
3	Jest gotowy do pracy w zespole osób w ró nym wieku i z ró nym poziomem intelektualnym, okazuj c empati oraz wsparcie i pomoc.	1.3.01, 1.3.02, 1.3.03, 1.3.04, 1.3.05, 1.3.07, B.1.K01, B.1.K02, B.2.K01	obserwacja wykonania zada
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wła ciwych dla danego zadania zawodowego)			
umiej tno ci: obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wła ciwych dla danego zadania zawodowego)			
kompetencje społeczne: obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wła ciwych dla danego zadania zawodowego)			
Warunki zaliczenia			
Ocena aktywno ci i umiej tno ci praktycznych na wiczeniach. Pisemne kolokwium.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Student zna metody treningu prozdrowotnego. Wie czym ró ni si trening prozdrowotny od wyczynowego i wie jak ta ró nica odzwierciedla si w metodologii. Potrafi doskonali plan pracy nauczyciela gimnastyki korekcyjnej, oraz poszerza warsztat pracy w zakresie kinezyterapii poszczególnych wad postawy. Potrafi wprowadza nowe metody kinezyterapeutyczne z zastosowaniem pracy strukturalnej i technik powi zionych. Rozumie znaczenie treningu prozdrowotnego dla osób w ró nym wieku. WF_W02, WF_W06, WF_W08, WF_U06, WF_U07, WF_U08, WF_U17, WF_K02, WF_K04, WF_K11			
Tre ci programowe			
Semestr: 4			
Forma zaj : wiczenia laboratoryjne			

Metodyka wicze korekcyjno-kompensacyjnych:

1. Zastosowanie w praktyce wicze leczniczych i nowoczesnych metod korekcji wad postawy.

2. Praktyczne wykonania zada w wybranych jednostkach chorobowych.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:		Katedra Wychowania Fizycznego			
Kierunek studiów:		Wychowanie fizyczne			
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :		Metodyka wychowania fizycznego			
Forma studiów:		stacjonarne			
Nazwa katalogu:		WOZ-WF-I-23/24Z			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1, 2	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
1, 2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	12	Zaliczenie z ocen	1
	4	P	30	Zaliczenie z ocen	1
		W	3	Egzamin	1
Razem			105		7

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie rol nauczyciela lub wychowawcy w modelowaniu postaw i zachowa uczniów;	1.1.03	kolokwium
2	zna i rozumie tre ci nauczania i typowe trudno ci uczniów zwi zane z ich opanowaniem;	1.1.14	kolokwium
3	zna i rozumie metody nauczania i doboru efektywnych rodków dydaktycznych, w tym zasobów internetowych, wspomagaj cych nauczanie przedmiotu lub prowadzenie zaj , z uwzgl dnieniem zró nicowanych potrzeb edukacyjnych uczniów.	1.1.15	kolokwium
4	zna i rozumie miejsce danego przedmiotu lub rodzaju zaj w ramowych planach nauczania na poszczególnych etapach edukacyjnych;	D.1/E.1.W01	kolokwium
5	zna i rozumie podstaw 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
6	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
7	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	D.1/E.1.W06	kolokwium

7	uczniowskie, ich rol i sposoby wykorzystania w procesie dydaktycznym;	D.1/E.1.W06	kolokwium
8	zna i rozumie rol diagnozy, kontroli i oceniania w pracy dydaktycznej; ocenianie i jego rodzaje: ocenianie biece, semestralne i roczne, ocenianie wewn trzne i zewn trzne; funkcje oceny;	D.1/E.1.W10	kolokwium
9	zna i rozumie znaczenie rozwijania umiej tno ci osobistych i spoeczno-emocjonalnych uczniw: potrzeb ksztaltowania umiej tno ci współpracy uczniw, w tym grupowego rozwi zywania problemów oraz budowania systemu warto ci i rozwijania postaw etycznych uczniw, a tak e ksztaltowania kompetencji komunikacyjnych i nawyków kulturalnych;	D.1/E.1.W13	kolokwium
10	zna istotne poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada podstawow wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii, i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i spoeczno-kulturowe warto ci kultury fizycznej;	WF1_W01	kolokwium
11	posiada zaawansowan wiedz na temat wychowania i ksztalcenia, zna istotn terminologi zwi zan z psychofizycznym i spoecznym rozwojem człowika;	WF1_W03	kolokwium
12	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si ;	WF1_W06	kolokwium
13	potrafi rozpoznawa potrzeby, mo liwo ci i uzdolnienia uczniw oraz projektowa i prowadzi działania wspieraj ce integralny rozwój uczniw, ich aktywno i uczestnictwo w procesie ksztalcenia i wychowania oraz w yciu spoecznym;	1.2.03	wykonanie zadania
14	potrafi odpowiedzialnie organizowa prac szkoln oraz pozaszkoln ucznia, z poszanowaniem jego prawa do odpoczynku;	1.2.13	wykonanie zadania
15	potrafi skutecznie realizowa działania wspomagaj ce uczniw w wiadomym i odpowiedzialnym podejmowaniu decyzji edukacyjnych i zawodowych;	1.2.14	wykonanie zadania
16	potrafi przeanalizowa rozkład materiału;	D.1/E.1.U02	wykonanie zadania
17	potrafi identyfikowa powi zania tre ci nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj z innymi tre ciami nauczania;	D.1/E.1.U03	wykonanie zadania
18	potrafi dostosowa sposób komunikacji do poziomu rozwojowego uczniw;	D.1/E.1.U04	wykonanie zadania
19	potrafi dobiera metody pracy klasy oraz rodki dydaktyczne, w tym z zakresu technologii informacyjno-komunikacyjnej, aktywizuj ce uczniw i uwzgl dniaj ce ich zró nicowane potrzeby edukacyjne;	D.1/E.1.U07	wykonanie zadania
20	potrafi merytorycznie, profesjonalnie i rzetelnie ocenia prac uczniw wykonywan w klasie i w domu;	D.1/E.1.U08	wykonanie zadania
21	potrafi skonstruowa sprawdzian słu cy ocenie danych umiej tno ci uczniw;	D.1/E.1.U09	wykonanie zadania
22	potrafi rozpozna typowe dla nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj bły dy uczniowskie i wykorzystaje w procesie dydaktycznym;	D.1/E.1.U10	wykonanie zadania
23	w formie ustnej, skutecznie prezentuje wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le w zakresie metodyki wychowania fizycznego;	WF1_U07	wykonanie zadania
24	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grup osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
25	posiada umiej tno ci pedagogiczne zwi zane z prowadzeniem procesu nauczania;	WF1_U12	wykonanie zadania

26	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
27	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia

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

Tre ci programowe (opis skrócony)

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

Tre ci programowe

Semestr: 2

Forma zaj : **wykład**

Wychowanie fizyczne jako przedmiot nauczania w kontek cie psychologicznym, społecznym i politycznym.

Funkcje wychowania fizycznego i ich realizacja.

Aktualistyczne i perspektywne cele wychowania fizycznego i ich realizacja.

Potrzeby rozwojowe i wychowawcze na ró nych etapach rozwoju ontogenetycznego oraz wskazówki dla prowadz cego zaj cia ruchowe w tych grupach.

Podstawowe zało enia pracy na koloniach i obozach dla dzieci i młodzie y – zadania kolonii, obowi zki wychowawcy i instruktora, zasady organizacji wycieczek i zaj ruchowych, zasady bhp.

Metody w wietle modernizacji procesu dydaktycznego – systematyka metod, charakterystyka metod nauczania, przekazywania i zdobywania wiadomo ci, wychowawczego oddziaływania.

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Sprawy organizacyjne. Struktura lekcji jako jednostki metodycznej - konstruowanie zada .

Zasady budowy lekcji: wszechstronno ci, zmiennoci pracy mi niowej, racjonalnego narastania wysiłku.

Toki ró nych typów lekcji.

Wybrane metody realizacji zada ruchowych (prowadzenia zaj), zale no ich doboru od charakteru zaj i uzdolnie uczniów.

Formy organizacyjne prowadzenia lekcji.

Wspólna analiza konspektu lekcji gimnastyki

Konstruowanie konspektu lekcji gimnastyki - praca w grupach

Wspólna analiza konspektu lekcji ZGS

Konstruowanie konspektu lekcji ZGS - praca w grupach

Wspólna analiza konspektu lekcji LA

Konstruowanie konspektu lekcji LA - praca w grupach

Konstrukcja zaj na siłowni.

Semestr: 3

Forma zaj : **wykład**

Dydaktyczne zasady nauczania – zasady zaczerpni te z dydaktyki ogólnej, zasady specyficzne dla nauczyciela wf, zasady doboru tre ci oraz organizacji kształcenia i wychowania.

Projektowanie procesu kształcenia – nowoczesne tendencje w programach szkolnych.

<p>Planowanie pracy dydaktycznej i wychowawczej w zakresie wf – zasady konstruowania planów. Dokumentacja pracy nauczyciela wychowania fizycznego.</p> <p>Ocenianie i jego rodzaje.</p> <p>Wychowanie fizyczne w kontekście sylwetki absolwenta szkoły.</p>
<p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p>
<p>Konstrukcja zajęć 2-godzinnych.</p> <p>Zasady konstruowania budżetu godzin, osnowy wielolekcyjnej.</p> <p>Samodzielne tworzenie rocznego budżetu godzin z wf. - praca w grupach.</p> <p>Organizacja i prowadzenie lekcji w trudnych warunkach: sala zastępcza, korytarz itp.</p> <p>Organizacja i prowadzenie lekcji w warunkach terenowych w różnych porach roku.</p> <p>Organizacja i prowadzenie zajęć ruchowych w najmłodszych grupach wiekowych.</p> <p>Specyfika zajęć z dziewczętami - wiczenia miedylekcyjne.</p> <p>Efektywność lekcji wychowania fizycznego - wiczenia różnolekcyjne.</p> <p>Bezpieczeństwo na lekcji wf. Odpowiedzialność nauczyciela za wypadki.</p>
<p>Semestr: 4</p>
<p>Forma zajęć : wykład</p>
<p>Osobowość nauczyciela wf – badania nad osobowością, typologia nauczycieli, style kierowania, przyczyny niepowodzeń w pracy nauczyciela.</p> <p>Rozwój zawodowy nauczyciela – planowanie i realizacja.</p>
<p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p>
<p>Pozalekcyjne i pozaszkolne formy wychowania fizycznego. SKS, UKS – założenia pracy, organizacja zajęć, przykładowe rozwiązania.</p> <p>Kwalifikacja lekarska do zajęć wychowania fizycznego. Aktywizowanie niewiczych na lekcji wf – przykładowe rozwiązania.</p> <p>Organizacja pracy w szkole wicze .</p> <p>Dokumentowanie przebiegu lekcji – hospitacja. Omówienie kart hospitacji lekcji.</p> <p>Hospitacja lekcji prowadzonej przez nauczyciela w szkole wicze .</p> <p>Prowadzenie lekcji przez studentów w szkole wicze : konsultacje ze studentami przygotowującymi się do prowadzenia lekcji, hospitacja lekcji przez grupę studentów i pracownika Zakładu, omawianie lekcji i ocena.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Mobility				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna zagadnienia zwi zane z teoria treningu stabilno ci i mobilno ci;	WF1_W15	kolokwium
2	student potrafi zademonstrowa wiczenia z zakresu treningu stabilno ci i mobilno ci;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	student potrafi dobrać odpowiednie wiczenia z zakresu treningu stabilno ci i mobilno ci dostosowane do mo liwosci w zale no ci od jednostki treningowej;	WF1_U09	wykonanie zadania
4	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie treningu stabilno ci i mobilno ci;	WF1_K01	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (sprawdzian pisemny)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu stabilno ci i mobilno ci;)

kompetencje społeczne:

rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu mobilno ci i stabilno ci. Sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria i metodyka nauczania wybranych elementów treningu stabilno ci i mobilno ci. Teoretyczne aspekty przygotowania motorycznego w uj ciu funkcjonalnym.

Tre ci programowe

Semestr: 3

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

1. Stabilizacja kompleksu LPH
2. Budowa centrum
3. Trening stabilizacji centralnej
4. Rola i znaczenie prawidłowego oddechu

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Monitorowanie i kontrola treningu				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna specyfik działalno ci trenera w aspekcie monitorowania i kontroli treningu sportowego	WF1_W16	obserwacja wykonania zada , kolokwium
2	potrafi wykorzysta wiedz teoretyczn , praktyczn oraz nowoczesne technologie w ocenie sprawno ci motorycznej zawodników i podopiecznych	WF1_U02, WF1_U03, WF1_U04, WF1_U05	wykonanie zadania, kolokwium
3	rozumie społeczn odpowiedzialno pracy na stanowisku trenera sportowego	WF1_K04	obserwacja wykonania zada

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:
ocena kolokwium (Test z pytaniami otwartymi.)
obserwacja wykonania zada (Obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wla ciwych dla danego zadania zawodowego wynikaj cych z ról. Zadanie: przygotowanie i przeprowadzenie wybranego testu sprawno ci motorycznej.)

umiej tno ci:
ocena kolokwium (Test z pytaniami otwartymi.)
ocena wykonania zadania (Ocena zgodno ci pracy domowej w zakresie:
1. realizacji tematu
2. doboru testów sprawno ci motorycznej
3. w zakresie opisu organizacji przygotowanych prób motorycznych (przybory, przyrz dy, sprz t, miejsce itp)
Procedura oceny:
zaliczenie pod warunkiem wypełnienia 2 z 3 powy szych punktów.)

kompetencje społeczne:
obserwacja wykonania zada (Obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wla ciwych dla danego zadania zawodowego wynikaj cych z ról. Zadanie: przygotowanie i przeprowadzenie wybranego testu sprawno ci motorycznej.)

Warunki zaliczenia

Warunkiem uzyskanie zaliczenia przedmiotu s :
1. pozytywna ocena z kolokwium (K)
2. pozytywna ocena z prezentacji (P)
3. pozytywna ocena z prowadzenia próby motorycznej (PM)
4. obecno ci na zaj ciach (dopuszczalna jest jedna nieobecno nieusprawiedliwiona)

Tre ci programowe (opis skrócony)

Student posiada wiedz na temat mo liwo ci antropometrycznych, fizjologicznych i biochemicznych monitorowania i kontrolowania treningu. Potrafi przeprowadzi sprawdziany sprawno ci fizycznej i wyprowadzi z nich wnioski co do

procesu treningowego. Wie co to jest forma sportowa i przetrenowanie. Potrafi oszacować stan wydolności zawodnika. Potrafi zastosować specyficzne dla danej dyscypliny sportu sprawdziany i próby.

Treści programowe

Semestr: 4

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

1. Budowa ciała w sporcie. Metody i sposoby pomiaru
2. Przygotowanie siłowe. Metody i sposoby pomiaru
3. Przygotowanie szybkościowe. Metody i sposoby pomiaru
4. Przygotowanie wytrzymałościowe. Metody i sposoby pomiaru
5. Przygotowanie koordynacyjne. Metody i sposoby pomiaru
6. Przygotowanie techniczne i taktyczne. Metody i sposoby pomiaru
7. Metody i sposoby pomiaru w różnych dyscyplinach sportowych (zespołowe gry sportowe, sporty indywidualne)
8. Praktyczne przeprowadzenie testów sprawności motorycznej.
9. Analiza i interpretacja wyników danych pomiarowych. Wykorzystanie prostych metod informatyczno-statystycznych w analizie danych pomiarowych.
10. Monitorowanie i kontrola obciążeń treningowych.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Obóz letni				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	T	75	Zaliczenie z ocen	4
Razem			75		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
7	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
8	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja wykonania zada
9	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja wykonania zada
10	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa

12	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi ocenić je oraz wykorzysta w kontekście przedsięwzięcia i rozwoju różnych placówek o wiatowych;	WF1_K05	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działania) obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>			
Warunki zaliczenia			
Sprawdziany praktyczne z przedmiotów: wioślarstwo deskowe, pływanie na wodach otwartych i ratownictwo wodne, kajakarstwo, atletyka terenowa, gry i zabawy w terenie. Sprawdzian teoretyczny lub przygotowanie i poprowadzenie na ocenę lekcji w terenie. Kolokwium sprawdzające wiedzę z poszczególnych dyscyplin sportowych realizowanych podczas 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 wiczenia terenowe.			
Treści programowe			
Semestr: 5			
Forma zajęć : wiczenia specjalistyczne (terenowe)			
<p>Praktyczna nauka i doskonalenie wybranych elementów techniki podstawowej podanych w wyżej dziedzin aktywności fizycznej.</p> <p>Nauczanie startu i zwrotów na desce z kątem, nauczanie wioślowania po kursie ostrym i odpadającym.</p> <p>Nauczanie holowania, posługiwania się kołem ratunkowym i rzutkiem, przeprowadzenia akcji bezpośredniej oraz doskonalenie pływania na dystansie.</p> <p>Obsługa kajaka, nauczanie skrętów ostrych i łagodnych, dobijanie do pomostu i brzegu, oraz transport kajaka drogą lądową.</p> <p>Marszobieg w terenie z wykorzystaniem przeszkód terenowych, wykorzystywanie warunków do zdrowia. Nauczanie posługiwania się busolem i mapą, orientacji w terenie, zasad organizacji biwaku. Organizowanie zwiadów, tropienia oraz patroli terenowych.</p> <p>Nauczanie zasad organizacji wycieczki szkolnej w góry oraz prowadzenia grupy turystycznej szlakami turystycznymi.</p> <p>Wykorzystanie testów do sprawdzania zdolności motorycznych. Terenowy trening poszczególnych zdolności motorycznych.</p>			

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Obóz w drowny				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	T	35	Zaliczenie z ocen	2
Razem			35		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje fachow wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie podstawowe poj cia zwi zane z turystyk i rekreacj , zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia,	WF1_W09	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych,	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	praca pisemna
7	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
8	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
10	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa

12	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi ocenić je oraz wykorzystać w kontekście przedsięwzięcia i rozwoju różnych placówek o wiatowych;	WF1_K05	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiejętności: ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu) ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>			
Warunki zaliczenia			
<p>Udział we wszystkich zajęciach praktycznych i teoretycznych podczas obozu w drownego. wiczenia praktyczne - przygotowanie teoretyczne oraz praktyczne wycieczek turystycznych, prowadzenie wycieczki w okolicy dzie . Praktyczny udział w zajęciach turystycznych. Udział w wykładach podczas obozu w drownego. Filmy edukacyjne. Pogadanka. Metoda sytuacyjna. Wycieczka-zajęcia terenowe. Samokształcenie. E-learning-udostępnianie materiałów dydaktycznych - wykorzystanie platformy edukacyjnej</p>			
Treści programowe (opis skrócony)			
Przygotowanie praktyczne studentów do organizowania wycieczek turystycznych i krajoznawczych. Podstawowa znajomość historii, zabytków oraz topografii najbliższej okolicy.			
Treści programowe			
Semestr: 5			
Forma zajęć : wiczenia specjalistyczne (terenowe)			
<p>Praktyczna nauka programowania, planowania, organizowania oraz realizacji wycieczek szkolnych: jednodniowych, kilkudniowych, obozów w drownych, rajdów, zjazdów. Zdobyć umiejętności prowadzenia wycieczek turystycznych po najbliższej okolicy. Wykazanie się znajomością topografii oraz prawidłowym nazewnictwem najważniejszych krain geograficznych, a także umiejętności czytania mapy, przewodników. Nauka prawidłowego dobierania szlaków turystycznych do wieku, umiejętności i wydolności dzieci i młodzieży. Znajomość oznakowania szlaków turystycznych – szlakowskazy oraz czytania tablic informacyjnych umieszczonych na szlakach. Przygotowanie do realizacji zajęć z wychowania fizycznego poza szkołą a także nauka aktywnego wypoczynku w dalszym życiu.</p>			

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Obóz zimowy				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	T	75	Zaliczenie z ocen	4
Razem			75		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna istotne poj cia z zakresu kultury fizycznej, posiada podstawow wiedz na temat miejsca kultury fizycznej w historii, i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe warto kultury fizycznej;	WF1_W01	kolokwium
2	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
3	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
4	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa
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 kątem kompetencji społecznych)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne jazdy na nartach, sprawdzian wiadomości w formie pisemnej

Treści programowe (opis skrócony)

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

Treści programowe

Semestr: 4

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

1. Nauka podstawowych elementów techniki narciarstwa alpejskiego - 10h.
2. Nauka skrótów z półpługu, pługu i podstawowych skrótów równoległych - 10h.
3. Nauka skrótów równoległego NW - 10h.
4. Nauka mijania - 10h.
5. Wykorzystanie podstawowych ewolucji w jeździe terenowej - 10h.
6. Teoria narciarstwa - 10h.
7. Zaliczenie praktyczne - 12h.
8. Zaliczenie teoretyczne - 3h.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	OCR				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna zagadnienia zwi zane z teori treningu OCR;	WF1_W15	wykonanie zadania
2	student potrafi zademonstrowa wiczenia z zakresu treningu OCR;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	student potrafi dobrać odpowiednie wiczenia z zakresu treningu OCR dostosowane do mo liwo ci w zale no ci od jednostki treningowej;	WF1_U09	wykonanie zadania
4	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie treningu OCR;	WF1_K01	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu OCR)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu OCR)

kompetencje społeczne:

rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych przeszkód. Pokonanie toru sprawnie ciego. Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, których frekwencja na zaj ciach wyniosła ponad 80%.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Opanowanie podstawowych elementów technicznych przeszkód, umo liwiaj cych zastosowanie ich podczas pokonywania torów sprawnie cionych.

Tre ci programowe

Semestr: 4

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

1. Regulamin zaj .
2. Kształtowanie po danego poziomu sprawno ci fizycznej.
3. wiczenia ukierunkowane. Bezpiecze stwo wicz cych. Pady do tyłu, w bok i w przód jako

elementy samoasekuracji podczas pokonywania torów sprawnościowych (metodyka nauczania).

4. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – Zwis aktywny, swing, (metodyka nauczania).

5. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – Pokonywanie prostych elementów technicznych: ringi, drabinki, multiring, lina (metodyka nauczania).

6. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – równowaga, ruchome drążki, pokonywanie specyficznych chwytów (metodyka nauczania).

7. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – skoki w dal z drążka na drążek „lache” (metodyka nauczania).

8. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – pokonywanie prostych torów przeszkód i ich tworzenie (metodyka nauczania).

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Organizacja i prawo w kulturze fizycznej				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6		30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			45		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie struktur i funkcje systemu o wiaty - cele, podstawy prawne, organizacj i funkcjonowanie instytucji edukacyjnych, wychowawczych i opieku czych, a tak e alternatywne formy edukacji	1.1.08	kolokwium
2	zna i rozumie podstawy prawne systemu o wiaty niezbd ne do prawidłowego realizowania prowadzonych działa edukacyjnych;	1.1.09	kolokwium
3	zna i rozumie prawa dziecka i osoby z niepełnosprawno ci ;	1.1.10	kolokwium
4	zna i rozumie sposoby organizowania przestrzeni klasy szkolnej, z uwzgl dnieniem zasad projektowania uniwersalnego: rodki dydaktyczne (podr czniki i pakiety edukacyjne), pomoce dydaktyczne - dobór i wykorzystanie zasobów edukacyjnych, w tym elektronicznych i obcoj zycznych, edukacyjne zastosowania mediów i technologii informacyjno-komunikacyjnej; my lenie komputacyjne w rozwi zywaniu problemów w zakresie nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj ; potrzeb wyszukiwania, adaptacji i tworzenia elektronicznych zasobów edukacyjnych i projektowania multimediiów;	D.1/E.1.W08	kolokwium
5	zna i rozumie metody kształcenia w odniesieniu do nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zaj , a tak e znaczenie kształtowania postawy odpowiedzialnego i krytycznego wykorzystywania mediów cyfrowych oraz poszanowania praw własno ci intelektualnej;	D.1/E.1.W09	kolokwium
6	zna i rozumie warsztat pracy nauczyciela; wła ciwe wykorzystanie czasu lekcji przez ucznia i nauczyciela; zagadnienia zwi zane ze sprawdzaniem i ocenianiem jako ci kształcenia oraz jej ewaluacja, a tak e z konieczno ci analizy i oceny własnej pracy dydaktyczno-wychowawczej;	D.1/E.1.W14	kolokwium
7	ma podstawow wiedz z zakresu prawa i organizacji w kulturze fizycznej, w tym w sporcie	WF1_W10	kolokwium
8	posiada wiedze prawna dotycz ca organizacji szkolnictwa, ze szczególnym znaczeniem organizacji kultury fizycznej w jednostkach o wiaty;	WF1_W10	kolokwium

9	posiada wiedzę na temat ochrony własności intelektualnej, prawa autorskiego, ochrony własności przemysłowej;	WF1_W10	kolokwium
10	posiada wiedzę niezbędną do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	kolokwium
11	potrafi przedstawić zagadnienia związane z organizacją i zarządzaniem w kulturze fizycznej i zaprezentować je w formie wypowiedzi ustnej i pisemnej;	WF1_U07, WF1_U08	wykonanie zadania
12	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywności fizycznej dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w każdym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
13	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje w zakresie organizacji i zarządzania w kulturze fizycznej i wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
14	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi ocenić je oraz wykorzystać w kontekście przedsięwzięcia i rozwoju różnych placówek oświatowych;	WF1_K05	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wyczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia

Uzyskanie pozytywnych ocen z obu kolokwiów, połączone z aktywnością na zajęciach, np. w formie przygotowania referatów. Dwa kolokwia sprawdzające w trakcie semestru, aktywność i obecność na zajęciach.

Treści programowe (opis skrócony)

Ustrój i organizacja kultury fizycznej w Polsce, z uwzględnieniem czynnika samorządowego, we współczesnej Polsce wraz ze znajomością głównych treści ustawy z 2010 r. o sporcie.
Zapoznanie z podstawowymi zasadami organizacji oświaty i prawa w oświacie. Interpretacja norm prawnych. Omówienie orzecznictwa sądów. Dzieło autorskie i jego ochrona.

Treści programowe

Semestr: 6

Forma zajęć: **wykład**

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

Forma zajęć: **wiczenia audytoryjne**

Organizacja systemu oświaty oraz zadania szkół i placówek oświatowych.
Wychowanie i kształcenie jako proces rozwoju. Plany i aspiracje edukacyjne i zawodowe uczniów.
Szkoły publiczne i niepubliczne. Wychowanie przedszkolne, obowiązek szkolny i obowiązek nauki.
Zarządzanie szkołami i placówkami oświatowymi. Kompetencje ministra, kuratora, organu prowadzącego, dyrektora, rady pedagogicznej w szkołach publicznych i niepublicznych.
Sprawowanie nadzoru pedagogicznego.
Społeczne organy w systemie oświaty – ich kompetencje.
Zakładanie, funkcjonowanie i likwidacja szkół i placówek. Finansowanie szkół i placówek publicznych.
Szkoły i placówki niepubliczne.
Kształcenie zawodowe i ustawiczne.
Organizacja procesu wychowawczego i dydaktycznego.

Dopuszczalne formy realizacji obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego. Podstawowe zasady i przepisy bhp i ergonomii podczas zajęć wychowania fizycznego (kultury fizycznej) na terenie szkoły i poza szkołą.

Zadania i obowiązki nauczyciela, ochrona pracy i ochrona prawna. Ocena pracy.

Prawo autorskie jako zabezpieczenie interesów majątkowych twórców oraz wydawców.

Ochrona własności przemysłowej: projektów wynalazczych (w tym: wynalazków, wzorów użytkowych, wzorów przemysłowych) znaków towarowych. Prawa autorskie w sieci. Utwory pracownicze.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:		Katedra Wychowania Fizycznego			
Kierunek studiów:		Wychowanie fizyczne			
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :		Pedagogika			
Forma studiów:		stacjonarne			
Nazwa katalogu:		WOZ-WF-I-23/24Z			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	4		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	2
Razem			75		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie system o wiaty: organizacj i funkcjonowanie systemu o wiaty, podstawowe zagadnienia prawa o wiatowego, krajowe i mi dzynarodowe regulacje dotycz ce praw człowieka, dziecka, ucznia oraz osób z niepełnosprawno ciami, znaczenie pozycji szkoły jako instytucji edukacyjnej, funkcje i cele edukacji szkolnej, modele współczesnej szkoły, poj cie ukrytego programu szkoły, alternatywne formy edukacji, zagadnienie prawa wewn trzszkolnego, podstaw programow w kontek cie programu nauczania oraz działania wychowawczo-profilaktyczne, tematyk oceny jako ci działalno ci szkoły lub placówki systemu o wiaty;	B.2.W01	kolokwium
2	zna i rozumie rol nauczyciela i koncepcje pracy nauczyciela: etyk zawodow nauczyciela, nauczycielsk pragmatyk zawodow - prawa i obowi zki nauczycieli, zasady odpowiedzialno ci prawnej opiekuna, nauczyciela, wychowawcy i za bezpiecze stwo oraz ochron zdrowia uczniów, tematyk oceny jako ci pracy nauczyciela, zasady projektowania cie ki własnego rozwoju zawodowego, rol pocz tkuj cego nauczyciela w szkolnej rzeczywisto ci, uwarunkowania sukcesu w pracy nauczyciela oraz choroby zwi zane z wykonywaniem zawodu nauczyciela;	B.2.W02	kolokwium
3	zna i rozumie wychowanie w kontek cie rozwoju: ontologiczne, aksjologiczne i antropologiczne podstawy wychowania; istot i funkcje wychowania oraz proces wychowania, jego struktur , wła ciwo ci i dynamik ; pomoc psychologiczno-pedagogiczn w szkole - regulacje prawne, formy i zasady udzielania wsparcia w placówkach systemu o wiaty, a tak e znaczenie współpracy rodziny ucznia i szkoły oraz szkoły ze rodowiskiem pozaszkolnym;	B.2.W03	kolokwium
4	zna i rozumie zasady pracy opieku czo-wychowawczej nauczyciela: obowi zki nauczyciela jako wychowawcy klasy, metodyk pracy wychowawczej, program pracy wychowawczej, style kierowania klas , ład i dyscyplin , poszanowanie godno ci dziecka, ucznia lub wychowanka, ró nicowanie, indywidualizacj i personalizacj pracy z uczniami, funkcjonowanie klasy szkolnej jako grupy społecznej, procesy społeczne w klasie, rozwi zywanie konfliktów w klasie lub	B.2.W04	kolokwium

4	grupie wychowawczej, animowanie życia społeczno-kulturalnego klasy, wspieranie samorządności i autonomii uczniów, rozwijanie u dzieci, uczniów lub wychowanków kompetencji komunikacyjnych i umiejętności społecznych niezbudnych do nawiązywania poprawnych relacji; pojęcia integracji i inkluzji; sytuacja 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 szkolną sytuację 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 rodziców 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 uwarunkowania (zakres diagnozy funkcjonalnej, metody i narzędzia stosowane w diagnozie), konieczność dostosowywania procesu kształcenia do specjalnych potrzeb edukacyjnych uczniów (projektowanie wsparcia, konstruowanie indywidualnych programów) oraz tematów 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 zaburzeń rozwoju zdolności, w tym językowych i arytmetycznych, i sposoby ich przezwyciężenia; zasady dokonywania diagnozy nauczycielskiej i techniki diagnostyczne w pedagogice;	B.2.W06	kolokwium
7	zna i rozumie doradztwo zawodowe: wspomaganie ucznia w projektowaniu ścieżki edukacyjno-zawodowej, metody i techniki określenia potencjału ucznia oraz potrzeb przygotowania uczniów do uczenia się przez całe życie;	B.2.W07	kolokwium
8	prezentuje zaawansowaną wiedzę o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawidłowości rządzące związkami interpersonalnymi i społecznymi, zachodzącymi między nimi relacje i zakłócenia;	WF1_W04	kolokwium
9	zna podstawowe teorie dotyczące wychowania, nauczania i uczenia się;	WF1_W06	kolokwium
10	potrafi obserwować sytuacje i zdarzenia pedagogiczne, analizować je z wykorzystaniem wiedzy pedagogiczno-psychologicznej oraz proponować rozwiązania problemów;	1.2.01	wypowiedź ustna
11	potrafi wybrać program nauczania zgodny z wymaganiami podstawy programowej i dostosować go do potrzeb edukacyjnych uczniów;	B.2.U01	wykonanie zadania
12	potrafi zaprojektować ścieżkę własnego rozwoju zawodowego;	B.2.U02	wykonanie zadania
13	potrafi formułować oceny etyczne związane z wykonywaniem zawodu nauczyciela;	B.2.U03	wykonanie zadania
14	potrafi nawiązywać współpracę z nauczycielami oraz ze środowiskiem pozaszkolnym;	B.2.U04	wykonanie zadania
15	potrafi rozpoznawać sytuacje zagrożenia i uzależnienia uczniów;	B.2.U05	wykonanie zadania
16	potrafi zdiagnozować potrzeby edukacyjne ucznia i zaprojektować dla niego odpowiednie wsparcie;	B.2.U06	wykonanie zadania
17	potrafi określić przybliżony potencjał ucznia i doradzi mu ścieżkę rozwoju.	B.2.U07	wykonanie zadania

18	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyslenia;	WF1_U07	wykonanie zadania
19	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedzę płynącą z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizować go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
20	posiada umiejętności pedagogiczne związane z prowadzeniem procesu nauczania;	WF1_U12	wykonanie zadania
21	jest gotów do okazywania empatii uczniom oraz zapewniania im wsparcia i pomocy;	B.2.K01	obserwacja zachowa
22	jest gotów do profesjonalnego rozwiązywania konfliktów w klasie szkolnej lub grupie wychowawczej;	B.2.K02	obserwacja zachowa
23	jest gotów do samodzielnego pogłębiania wiedzy pedagogicznej;	B.2.K03	obserwacja zachowa
24	jest gotów do współpracy z nauczycielami i specjalistami w celu doskonalenia swojego warsztatu pracy.	B.2.K04	obserwacja zachowa
25	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
26	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazując wyrozumiałość dla ich słabości i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

umiejętności:

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

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

pozytywna ocena z testu zaliczeniowego
pozytywna ocena z końcowego egzaminu
pozytywna ocena przygotowanych scenariuszy lekcji
obecność na zajęciach (80%)

Treści programowe (opis skrócony)

Podstawowe pojęcia pedagogiczne. Dziedziny wychowania. Rodzaje wychowania. środowisko wychowawcze. Metody i zasady wychowania. Trudności wychowawcze. Niepowodzenia szkolne. Patologie społeczne w grupach uczniowskich.

Treści programowe

Semestr: 3

Forma zajęć: **wykład**

Specjalne potrzeby edukacyjne uczniów uczeń z trudnościami (projektowanie wsparcia dla uczniów ze specjalnymi trudnościami edukacyjnymi)

Niepowodzenia szkolne. Niepowodzenia dydaktyczne. Niepowodzenia wychowawcze

Szkoła – kultura szkoły. Klasa jako grupa społeczna

Forma zajęć: **wiczenia audytoryjne**

Pedagogika jako nauka społeczna.

Zwizek pedagogiki z innymi naukami społecznymi.

Podstawowe pojęcia pedagogiczne.

Wychowanie jako zjawisko społeczne.

Rodzaje wychowania.

Dziedziny wychowania.
Metody i zasady wychowania
Edukacja alternatywna

Semestr: 4

Forma zaj : **wykład**

Dyscyplina szkolna

Patologie społeczne. Sposoby ich zapobiegania. Programy profilaktyczne szkoły
Praca z dzieckiem zdolnym - indywidualizacja pracy dydaktyczno – wychowawczej
Opracowanie i prezentacja lekcji wychowawczej w zakresie wybranej problematyki wychowawczej
Opracowanie i prezentacja scenariuszy zaj z uczniem z trudno ciami edukacyjnymi i z uczniem zdolnym

Forma zaj : **wiczenia audytoryjne**

rodowisko wychowawcze. Rodzina jako rodowisko wychowawcze. Współpraca szkoły z rodzin . Grupa rówie nicza jako rodowisko wychowawcze. Wychowawczy wpływ mediów.
Nauczyciel – jako dydaktyk i wychowawca. Projektowanie cie ki własnego rozwoju
Etyka zawodowa nauczyciela
Problematyka wypalenia zawodowego w zawodzie nauczyciela wychowania fizycznego
Problemowe zachowania uczniów

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Pierwsza Pomoc Kwalifikowana				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	M	45	Zaliczenie z ocen	3
		W	15	Egzamin	1
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Student zna i charakteryzuje przyczyny, objawy i mechanizmy nagłego zatrzymania kr enia.	WF1_W05	rozmowa nieformalna, egzamin
2	Student zna i charakteryzuje przyczyny, objawy i rodzaje wstrz su.	WF1_W05	rozmowa nieformalna, egzamin
3	Student potrafi opisa schemat podstawowych i zaawansowanych zabiegów resuscytacyjnych u osób w ró nym wieku	WF1_W05	rozmowa nieformalna, egzamin
4	Student poprawnie przeprowadza badanie poszkodowanego.	WF1_U07	wykonanie zadania
5	Student przyrz dowo przywraca i zabezpiecza dro no dróg oddechowych.	WF1_U13	wykonanie zadania
6	Student podejmuje i prowadzi podstawowe zabiegi resuscytacyjne u osób w ró nym wieku w stanach nagłego zagro enia zdrowotnego zgodnie z aktualn wiedz medyczn	WF1_U13, WF1_U24	wykonanie zadania
7	Student jest gotów do działania w zespole.	WF1_K03	wykonanie zadania
8	Student jest gotów do słuchania, nawi zywania kontaktów interpersonalnych, skutecznego i empatycznego porozumiewania si z pacjentem.	WF1_K10	wykonanie zadania

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

egzamin (Egzamin pisemny - test.)

rozmowa nieformalna na zaj ciach (Ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach.)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania

kompetencje społeczne:

ocena wykonania zadania

Warunki zaliczenia
Zaliczenie praktyczne: umiejętność poprawnego opatrywania ran; przeprowadzenia oceny stanu poszkodowanego, badania poszkodowanego, udra niania dróg oddechowych, resuscytacji kręgowo-oddechowej w warunkach symulowanych. Sprawdzian pisemny.
Treści programowe (opis skrócony)
Teoretyczne i praktyczne aspekty przeprowadzenia akcji ratowniczej: ocena miejsca zdarzenia, ocena stanu poszkodowanego, badanie poszkodowanego, udra nianie dróg oddechowych, przeprowadzenie resuscytacji kręgowo-oddechowej bez przyrządowej i przyrządowej z użyciem AED.
Treści programowe
Semestr: 5
Forma zajęć : wykład
Organizacja ratownictwa medycznego i kwalifikowanej pierwszej pomocy. Podstawy anatomii i fizjologii. Bezpieczeństwo własne, poszkodowanego i miejsca zdarzenia. Zestawy ratownicze, dezynfekcja sprzętu. Ocena i badanie poszkodowanego (wstępnie/szczegółowo). Poszkodowany nieprzytomny, algorytm postępowania. Resuscytacja kręgowo-oddechowa. Zasady defibrylacji. poszkodowanego metodami półautomatycznymi i automatycznymi. Wstrząsy. Urazy mechaniczne i obrażenia - przyczyny, objawy, postępowanie. Urazy chemiczne, termiczne, elektryczne i zagrożenia środowiskowe.
Forma zajęć : wiczenia specjalistyczne (medyczne)
Ocena stanu poszkodowanego, badanie poszkodowanego. Schematy postępowania: poszkodowany nieprzytomny (nieurazowy, urazowy). Wezwanie pomocy. Udra nianie dróg oddechowych - metody przyrządowe i bez przyrządowe. Rozpoznawanie wstrząsu i schemat postępowania. Resuscytacja kręgowo – oddechowa osoby dorosłej, dzieci i niemowląt – wiczenia w warunkach symulowanych z elementami obrażeń ciała poszkodowanego. Resuscytacja kręgowo – oddechowa z zastosowaniem AED – wiczenia w warunkach symulowanych.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Pierwsza pomoc przedmedyczna				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	LO	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zasady bezpiecze stwa i higieny pracy w instytucjach edukacyjnych, wychowawczych i opieku czych oraz odpowiedzialno ci prawnej nauczyciela w tym zakresie, a tak e zasady udzielania pierwszej pomocy;	1.1.11	kolokwium
2	dysponuje podstawow wiedz na temat podstawowych parametrów decyduj cych o yciu oraz rozumie proces umierania i mechanizmy mierci	WF1_W05	kolokwium
3	potrafi udziela pierwszej pomocy;	1.2.17	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki podj tych działań ratowniczych	WF1_U07	wykonanie zadania
5	prawidłowo udziela pierwszej pomocy przedmedycznej	WF1_U13	wykonanie zadania
6	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Zaliczenie z ocen na któr składa si : ocena z kolokwium, ocena z aktywno na zaj ciach. Zaliczenie w formie pisemnej: test jednokrotnego wyboru (po 1 pkt. za prawidłow odpowied oraz 60% prawidłowych odpowiedzi).			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Przedmiotem zaj jest post powanie reanimacyjne w stanach bezpo redniego zagro enia ycia, oraz pomoc dora na w innych stanach zagro enia zdrowia i ycia, z wykorzystaniem fantomów do nauki zabiegów ratowniczych. Zapoznanie z podstawowymi aktami prawnymi w obszarze ratownictwa medycznego, oraz organizacj udzielania pomocy w zdarzeniach pojedynczych, mnogich i katastrofach.			

Treści programowe
Semestr: 1
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne
Pierwsza pomoc 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. Technika ułożenia boczego podpartego. Udrożnienie górnych dróg oddechowych – sposoby bezprzyrządowe. Przyczyny i rozpoznanie częściowej /całkowitej niedrożności oddechowej. Technika rękoczynu Heimlicha. Sztuczna wentylacja płuc – metody bezprzyrządowe. Ocena skuteczności sztucznej wentylacji. Rozpoznanie ostrej niewydolności krążenia. Pośredni masa serca – 1v.2 ratowników. Resuscytacja dorosłych, noworodków, dzieci, kobiet ciążnych, osób starszych, z zastosowaniem AED. Nagła utrata przytomności. Omdlenie. Udar mózgowy, napad drgawkowy. Zatrucia, uszkodzenia. Ostre stany chorobowe. Utonięcie. Zachłyśnięcie. Raenie prądem i piorunem. Uraz – rana, krwotok, wstrząs krwotoczny. Tamowanie krwotoku, Zwichnięcia, złamania otwarte/zamknięte. Oparzenia. Apteczka pierwszej pomocy.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Piłka no na				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania piłki no nej oraz przepisy tej dyscypliny sportu;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si dobrym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie piłki no nej;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dziuje zawody w piłce no nej i futsalu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	przygotowuje konspekt lekcyjny z zakresu piłki no nej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena kolokwium (kolokwium pisemne obejmuj ce przepisy, teori i metodyk nauczania)			
umiej tno ci:			

<p>ocena pracy pisemnej (ocena scenariusza lekcji (konspektu))</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
<p>Warunki zaliczenia</p> <p>Warunkiem zaliczenia jest obecno na zaj ciach oraz pozytywna ocena z wszystkich cz stkowych sprawdzianów, wicze /zaj .</p> <p>W szczególno ci oceniane b d : Sprawdziany praktycznych umiej tno ci technicznych. Sprawdziany teoretyczne. Ocena prowadzonych przez studentów wicze /zaj .</p> <p>Semestr V: 1. Obecno i aktywne uczestnictwo w zaj ciach 2. Zaliczenie sprawdzianów teoretycznych -przepisy gry w piłk no n , technika piłki no nej ,organizacja sportu piłkarskiego w Polsce i na wiecie ,historia piłki no nej w Polsce i na wiecie. 3. Zaliczenie sprawdzianów praktycznych- onglerka piłki stop (na przemian lewa prawa), onglerka piłki głow .</p> <p>Semestr VI: 1. Obecno i aktywne uczestnictwo w zaj ciach. 2. Zaliczenie sprawdzianu teoretycznego-taktyka piłki no nej, przepisy futsalu, szkolenie dzieci i młodzie y. 3. Ocena z przygotowania konspektu i prowadzenia zaj 4. Praktyczne s dziowanie. 5. Sprawdziany praktyczne-test sprawdzaj cy dokładnie i szybko uderze piłki wewn trznymi cz ciami stopy, kompleksowy sprawdzian kilku elementów technicznych (przyj cie i prowadzenie piłki, strzał na bramk).</p>
<p>Tre ci programowe (opis skrócony)</p> <p>Wiadomo ci, umiej tno ci i kompetencje wykonywania i nauczania wicze z zakresu piłki no nej. Nauczanie podstaw techniki i taktyki gry oraz metodyki nauczania podstawowych umiej tno ci piłkarskich</p>
<p>Tre ci programowe</p> <p>Semestr: 5</p> <p>Forma zaj : wiczenia praktyczne</p> <p>Historia gry w piłk no n . Organizacja tego sportu w Polsce i na wiecie. Podniesienie sprawno ci ogólnej i specjalnej studentów. Opanowanie i doskonalenie wszystkich technik piłkarskich oraz umiej tno ich metodycznego nauczania. Poznanie i zrozumienie podstawowych zało e taktycznych.</p> <p>Semestr: 6</p> <p>Forma zaj : wiczenia praktyczne</p> <p>Analiza i metodyka nauczania podstawowych systemów gry stosowanych w piłce no nej. Poznanie wicze w formie gier i zabaw doskonałych elementy techniczne. Rodzaje i zastosowanie gier pomocniczych w piłce no nej. Planowanie pracy treningowej. Szkolenie dzieci i młodzie y. Teoretyczne i praktyczne opanowanie przepisów gry w piłk no n . Umiej tno organizacji zawodów piłki no nej. Halowa piłka no na - przepisy. Praktyczne prowadzenie lekcji wychowania fizycznego piłki no nej.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:		Katedra Wychowania Fizycznego			
Kierunek studiów:		Wychowanie fizyczne			
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :		Piłka r czna			
Forma studiów:		stacjonarne			
Nazwa katalogu:		WOZ-WF-I-23/24Z			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c genez , rozwój oraz bie ce wydarzenia w piłce r cznej. Opanował metodyk nauczania elementów technicznych i taktycznych oraz przepisy gry. Potrafi zaplanowa i przeprowadzi rozgrzewk	WF1_W08	kolokwium
2	Zna procedur przygotowania i przeprowadzania imprez sportowo-rekreacyjnych z zakresu piłki r cznej, posiada wiedz na temat BHP; rozumie potrzeb przestrzegania podstaw prawnych z zakresu organizacji i przeprowadzania imprez sportowych.	WF1_W08, WF1_W11	kolokwium
3	Posiada wysokie umiej tno ci techniczne i fizyczne w zakresie piłki r cznej, prezentuje poziom sprawno ci fizycznej, umo liwiaj cy prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki.	WF1_U01	obserwacja wykonania zada
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	obserwacja wykonania zada
5	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	obserwacja wykonania zada
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	obserwacja wykonania zada
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się
<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium (określone formy, np. test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi, test online, sprawdzian, inne))</p> <p>umiejętności: obserwacja wykonania zadania (obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla danego zadania zawodowego)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowania (obserwacja zachowania indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
Warunki zaliczenia
Warunkiem zaliczenia jest brak nieusprawiedliwionych nieobecności oraz ocena pozytywna z wszystkich sprawdzianów.
Treści programowe (opis skrócony)
Geneza i rozwój piłki ręcznej w Polsce i na świecie. Przepisy gry, sędziowanie. Terminologia, systematyka, metodyka. Planowanie i nauczanie techniki, taktyki gry w piłkę ręczną. Opanowanie elementów technicznych i taktycznych umożliwiających nauczanie piłki ręcznej w szkołach (wszystkie etapy kształcenia) i uczniowskich klubach sportowych. Zasady organizacji prowadzenia zawodów sportowych w piłkę ręczną.
Treści programowe
Semestr: 3
Forma zajęć : wiczenia praktyczne
Geneza piłki ręcznej w kraju i na świecie. Charakterystyka gry, przygotowanie motoryczne i fizyczne, systematyka elementów technicznych. Nauka i doskonalenie elementów technicznych: sposoby poruszania się w obronie i ataku, chwyt i podanie, kozłowanie, rzuty (z przeskokiem, w wyskoku, z padem), zwody, zasłony, technika gry na pozycji bramkarza. Kompleksowe wiczenia doskonalące techniki pod presją przeciwnika i w większym obciążeniu fizycznym. Systematyka elementów taktycznych. Doskonalenie elementów taktyki indywidualnej w obronie i w atakowaniu. - atak szybki (bezpośredni, pośredni, szybkie wznowienie gry po stracie bramki) - atak pozycyjny (2 : 1 : 3 i 2 : 2 : 2)
Semestr: 4
Forma zajęć : wiczenia praktyczne
Doskonalenie taktyki zespołowej obrony: - obrony indywidualne - obrony strefowe (6 : 0 i 5 : 1) Nauka i doskonalenie innych systemów gry w ataku i obronie (gra w przewadze, gra w osłabieniu) Wskazówki metodyczne: zasady, metody, formy nauczania, korygowanie błędów, typy lekcji, konstruowanie konspektów. Prowadzenie rozgrzewki na podstawie opracowanego konspektu. Zaliczenie praktyczne, kolokwium. Bezpośrednia obserwacja meczu.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Piłka siatkowa				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			60		4

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi teori i metodyk nauczania piłki siatkowej, zna przepisy tej dyscypliny sportu i podstawy treningu sportowego.	WF1_W08	kolokwium
2	Posiada wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego i odpowiedzialnego prowadzenia lekcji w-f, zaj rekreacyjno-sportowych.	WF1_W11	kolokwium
3	Legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci w zakresie gry w piłk siatkow .	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	Potrafi zorganizowa i s dziowa zawody w piłce siatkowej na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y.	WF1_U06	wykonanie zadania
6	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny z zakresu realizacji planu nauczania w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i metodyki nauczania techniki i taktyki gry w piłk siatkow .	WF1_U10	praca pisemna
7	Potrafi oceni swoj wiedz i kompetencje, współpracowa w zespole w osi ganiu celów nauczania, jest wiadomy zasad i norm etycznych nauczyciela, sportowca i kibica.	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów;	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica;	WF1_K04	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza:			

ocena kolokwium (ocena kolokwium (test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi, sprawdzian wiedzy z metodyki nauczania techniki gry))

umiej tno ci:

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

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

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 1 i 2

Teoria-pisemny sprawdzian przepisów gry w 1 semestrze.

Pisemny sprawdzian dotyczący metodyki nauczania techniki gry i zagadnień związanych z taktyką

Ocena opracowanego konspektu

Praktyczne umiejętności-poprawny pokaz wszystkich elementów techniki gry

Prezentacja skuteczności wykonania odbić piłki, przyjęcia piłki, zagrywki i ataku

Treści programowe (opis skrócony)

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

Treści programowe

Semestr: 1

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Rys historyczny, systematyka elementów techniki gry, metodyka nauczania piłki siatkowej w szkole (metody, formy i zasady), systematyka i metodyka nauczania taktyki ataku i obrony, zasób wiczeń w formie zabawowej, cichej i fragmentów gry nauczających i doskonalących technik i taktyk . Zasób gier uproszczonych, gier małych, gry szkolnej i właściwej. Specyfika i struktura lekcji piłki siatkowej, przepisy gry.

Semestr: 2

Forma zajęć : **wiczenia praktyczne**

Postawa siatkarska, sposoby przemieszczania się po boisku, odbicia sposobem górnym i dolnym obruczą (w tył, w wyskoku), odbicia jednoruczą, odbicia sytuacyjne, wystawianie piłki, zagrywka sposobem dolnym i górnym (rotacyjna i bezrotacyjna), zagrywka z wyskoku, atak w formie kiwnięcia plasingu i zbicia, blokowanie pojedyncze i grupowe. Praktyczne umiejętności działania i organizacji turnieju w piłce siatkowej, prowadzenia przykładowych lekcji wf, opracowanie konspektów zajęć .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:		Katedra Wychowania Fizycznego			
Kierunek studiów:		Wychowanie fizyczne			
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :		Pływanie			
Forma studiów:		stacjonarne			
Nazwa katalogu:		WOZ-WF-I-23/24Z			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1, 2	1	S	30	Zaliczenie z ocen	2
	2	S	30	Zaliczenie z ocen	2
1, 2	3	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			90		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania pływania, zna przepisy, maj ce powszechne zastosowanie w o wiacie dotycz ce pływania, oraz podstawy sportowego treningu pływackiego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych z pływania;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie pływania;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych w pływaniu;	WF1_U05	wykonanie zadania
5	prawidłowo s dziuje zawody pływackie na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu pływania i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa
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 teorii i umiej tno ci praktycznych po semestrze 1, 2 i 3. Sprawdzian umiej tno ci posługiwania si poprawn technik pływania ka dym stylem, ocena rezultatów czasowych na okre lonych dystansach, sprawdzian umiej tno ci wykonywania startów i nawrotów. Sprawdzian umiej tno ci holowania zm czonego pływaka, holowania ton cego, nurkowania, skoków ratowniczych. Pisemny sprawdzian teoretyczny ze znajomo ci zagadnie teorii pływania, przepisów i ratownictwa wodnego.
Tre ci programowe (opis skrócony)
Opanowanie umiej tno ci posługiwania si poprawn technik pływania ka dym stylem wraz ze startami i nawrotami oraz ich wykorzystanie w pracy z dzie mi i młodzie szkoln .
Tre ci programowe
Semestr: 1
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)
Teoria: Cechy rowiska wodnego, cele i zadania poszczególnych etapów procesu nauczania pływania, zasady prowadzenia lekcji nauki pływania, zasady i metody nauczania pływania, sekwencje ruchowe ramion i nóg w poszczególnych stylach, koordynacja pracy ramion, nóg i oddychania, przepisy pływania.
Semestr: 2
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)
Przedstawienie wicze : oswajaj cych z wod , oddechowych, wyporno ciowych, pływania statycznego i dynamicznego. Nauczanie ruchów nap dowych, koordynacja pracy ramion i nóg z oddychaniem. Nauczanie umiej tno ci posługiwania si poprawn technik w pływania kraulem na grzbiecie, kraulem na piersiach, abk i delfinem. Starty i nawroty do stylu dowolnego, grzbietowego, klasycznego i zmiennego.
Semestr: 3
Forma zaj : wiczenia specjalistyczne (sportowe)
Ratownictwo wodne. Teoria: Podstawy funkcjonowania ratownictwa wodnego w Rzeczypospolitej Polskiej, przyczyny i okoliczno ci utoni , specyfika ratownictwa wodnego na poszczególnych obszarach wodnych (lód, cieki, powód , miejsca bagniste), podstawowa wiedza o sprz cie pływaj cym i ratowniczym, prowadzenie akcji ratunkowych z wykorzystaniem sprz tu do ratownictwa wodnego. Praktyka: Nauczanie sposobów pływania stosowanych w ratownictwie (kraul ratowniczy, abka ratownicza, pływanie na boku, abka na grzbiecie), samoratownictwo, skoki ratownicze i sposoby bezpiecznego wej cia do wody, pływanie pod powierzchni wody i nurkowanie, holowanie osoby zagro onej, ewakuacja z wody.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy dydaktyki				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie tre ci nauczania i typowe trudno ci uczniów zwi zane z ich opanowaniem;	1.1.14	kolokwium
2	zna i rozumie usytuowanie dydaktyki w zakresie pedagogiki, a tak e przedmiot i zadania współczesnej dydaktyki oraz relacj dydaktyki ogólnej do dydaktyk szczegółowych;	C.W01	kolokwium
3	zna i rozumie zagadnienie klasy szkolnej jako rodowiska edukacyjnego: style kierowania klas , problem ładu i dyscypliny, procesy społeczne w klasie, integracj klasy szkolnej, tworzenie rodowiska sprzyjaj cego post pom w nauce oraz sposób nauczania w klasie zró nicowanej pod wzgl dem poznawczym, kulturowym, statusu społecznego lub materialnego;	C.W02	kolokwium
4	zna i rozumie współczesne koncepcje nauczania i cele kształcenia - ró dła, sposoby ich formułowania oraz ich rodzaje; zasady dydaktyki, metody nauczania, tre ci nauczania i organizacj procesu kształcenia oraz pracy uczniów;	C.W03	kolokwium
5	zna i rozumie zagadnienie lekcji jako jednostki dydaktycznej oraz jej budow , modele lekcji i sztuk prowadzenia lekcji, a tak e style i techniki pracy z uczniami; interakcje w klasie; rodki dydaktyczne;	C.W04	kolokwium
6	zna i rozumie konieczno projektowania działa edukacyjnych dostosowanych do zró nicowanych potrzeb i mo liwo ci uczniów, w szczególno ci mo liwo ci psychofizycznych oraz tempa uczenia si , a tak e potrzeb i sposoby wyrównywania szans edukacyjnych, znaczenie odkrywania oraz rozwijania predyspozycji i uzdolnie oraz zagadnienia zwi zane z przygotowaniem uczniów do udziału w konkursach i olimpiadach przedmiotowych; autonomi dydaktyczn nauczyciela;	C.W05	kolokwium
7	zna i rozumie sposoby i znaczenie oceniania osi gni szkolnych uczniów: ocenianie kształtuj ce w kontek cie efektywno ci nauczania, wewn trzszkolny system oceniania, rodzaje i sposoby przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów zewn trznych; tematyk oceny efektywno ci dydaktycznej nauczyciela i jako ci działałno ci szkoły oraz edukacyjn warto dodan ;	C.W06	kolokwium
8	zna i rozumie kompetencje merytoryczne, dydaktyczne i wychowawcze nauczyciela, w tym potrzeb zawodowego rozwoju, tak e z wykorzystaniem technologii informacyjnokomunikacyjnej,	D.1/E.1.W04	kolokwium

8	oraz dostosowywania sposobu komunikowania się do poziomu rozwoju uczniów i stymulowania aktywności poznawczej uczniów, w tym kreowania sytuacji dydaktycznych; znaczenie autorytetu nauczyciela oraz zasady interakcji ucznia i nauczyciela w toku lekcji; moderowanie interakcji między uczniami; rolę nauczyciela jako popularyzatora wiedzy oraz znaczenie współpracy nauczyciela w procesie dydaktycznym z rodzicami lub opiekunami uczniów, pracownikami szkoły i środowiskiem pozaszkolnym;	D.1/E.1.W04	kolokwium
9	zna i rozumie konwencjonalne i niekonwencjonalne metody nauczania, w tym metody aktywizujące i metod projektów, proces uczenia się przez działanie, odkrywanie lub dociekanie naukowe oraz prace badawcze ucznia, a także zasady doboru metod nauczania typowych dla danego przedmiotu lub rodzaju zajęć;	D.1/E.1.W05	kolokwium
10	zna i rozumie egzaminy jako etap edukacyjny i sposoby konstruowania testów, sprawdzianów oraz innych narzędzi przydatnych w procesie oceniania uczniów w ramach nauczanego przedmiotu;	D.1/E.1.W11	kolokwium
11	zna i rozumie diagnozy wstępnej grupy uczniowskiej i każdego ucznia w kontekście nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć oraz sposoby wspomagania rozwoju poznawczego uczniów; potrzeb kształtowania postaw, umiejętności praktycznych, w tym rozwiązywania problemów, i wykorzystywania wiedzy; metody i techniki skutecznego uczenia się; metody strukturyzacji wiedzy oraz konieczność powtarzania i utrwalania wiedzy i umiejętności;	D.1/E.1.W12	kolokwium
12	zna i rozumie potrzeb kształtowania u ucznia pozytywnego stosunku do nauki, rozwijania ciekawości, aktywności i samodzielności poznawczej, logicznego i krytycznego myślenia, kształtowania motywacji do uczenia się danego przedmiotu i nawyków systematycznego uczenia się, korzystania z różnych źródeł wiedzy, w tym z Internetu, oraz przygotowania ucznia do uczenia się przez całe życie przez stymulowanie go do samodzielnej pracy.	D.1/E.1.W15	kolokwium
13	zna pojęcia z zakresu systemu nauki, w tym dydaktyki i ich powiązania z wychowaniem fizycznym;	WF1_W01	kolokwium
14	zna podstawowe teorie wychowania, nauczania i uczenia się	WF1_W06	kolokwium
15	potrafi wykorzystywać proces oceniania i udzielania informacji zwrotnych do stymulowania uczniów w ich pracy nad własnym rozwojem;	1.2.10	wykonanie zadania
16	potrafi pracować z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, w tym z dziećmi z trudnościami adaptacyjnymi związanymi z doświadczeniem migracyjnym, pochodzącymi ze środowisk źródełnicowanych pod względem kulturowym lub z ograniczoną znajomością języka polskiego;	1.2.12	wykonanie zadania
17	potrafi zidentyfikować potrzeby dostosowania metod pracy do klasy źródełnicowanej pod względem poznawczym, kulturowym, statusu społecznego lub materialnego;	C.U01	wykonanie zadania
18	potrafi zaprojektować działania służące integracji klasy szkolnej;	C.U02	wykonanie zadania
19	potrafi dobrać metody nauczania do nauczanych treści i zorganizować pracę uczniów;	C.U03	wykonanie zadania
20	potrafi wybrać model lekcji i zaprojektować jej strukturę;	C.U04	wykonanie zadania
21	potrafi zaplanować pracę z uczniem zdolnym, przygotowując go do udziału w konkursie przedmiotowym lub współzawodnictwie sportowym;	C.U05	wykonanie zadania
22	potrafi dokonać oceny pracy ucznia i zaprezentować ją w formie oceny kształtującej;	C.U06	wykonanie zadania
23	potrafi identyfikować typowe zadania szkolne z celami kształcenia, w szczególności z wymaganiami ogólnymi podstawy programowej, oraz z kompetencjami kluczowymi;	D.1/E.1.U01	wykonanie zadania

24	potrafi podejmowa skuteczn współprac w procesie dydaktycznym z rodzicami lub opiekunami uczniów, pracownikami szkoły i środowiskiem pozaszkolnym;	D.1/E.1.U06	wykonanie zadania
25	potrafi przeprowadzi wst pn diagnoz umiej tno ci ucznia.	D.1/E.1.U11	wykonanie zadania
26	skutecznie prezentuje wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemysle w zakresie dydaktyki;	WF1_U07	wykonanie zadania
27	posiada umiej tno ci pedagogiczne związane z prowadzeniem procesu nauczania wychowania fizycznego;	WF1_U12	wykonanie zadania
28	jest gotów do twórczego poszukiwania najlepszych rozwiązań dydaktycznych sprzyjających postępowi uczniów;	C.K01	ocena aktywności
29	jest gotów do promowania odpowiedzialnego i krytycznego wykorzystywania mediów cyfrowych oraz poszanowania praw własności intelektualnej;	D.1/E.1.K04	obserwacja zachowa
30	jest gotów do kształtowania umiejętności współpracy uczniów, w tym grupowego rozwiązywania problemów;	D.1/E.1.K05	obserwacja zachowa
31	ocenia swoją wiedzę, a w razie problemów dydaktycznych zasięga opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
32	okazuje szacunek współpracownikom, uczniom i innym uczestnikom procesu dydaktycznego;	WF1_K02	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

<p>wiedza:</p> <p>ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci:</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p> <p>ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)</p>

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 1, egzamin ustny semestr 1.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie z przedmiotem i zadaniami dydaktyki, systemami dydaktycznymi, celami i treściami kształcenia, procesem nauczania i uczenia się. Zapoznanie z zasadami i metodami kształcenia w dydaktyce, rodzajami dydaktycznymi. Zapoznanie z planowaniem pracy nauczyciela, niepowodzeniami szkolnymi, ocenianiem oraz typami i strukturami lekcji

Treści programowe

Semestr: 1

Forma zajęć: **wykład**

Wykłady sem. 1

Przedmiot i zadania dydaktyki. Dydaktyka jako nauka. Systemy dydaktyczne a polski system kształcenia w zreformowanej szkole. Wartości i cele kształcenia. Treści kształcenia. Proces nauczania – uczenia się. Zasady i metody kształcenia w procesie dydaktyki. Rodzaje dydaktyczne. Planowanie pracy dydaktycznej nauczyciela. Powodzenia i niepowodzenia szkolne. Niepowodzenia szkolne: przyczyny, skutki i zapobieganie niepowodzeniom szkolnym.

Forma zajęć: **wiczenia audytoryjne**

wiczenia sem. 1

Organizacja zajęć: tematyka, literatura, warunki zaliczenia. Analiza podstawowych pojęć dydaktycznych: kształcenie, nauczanie, uczenie się, i im pochodne. Charakterystyka podstawowych metod i technik badawczych w dydaktyce - prezentacje w grupach. Podobieństwa i różnice między systemami dydaktycznymi. Podstawa programowa, plany i programy nauczania. Kształcenie ustawiczne. Samokształcenie: istota samokształcenia, cele i zadania samokształcenia, wdrażanie do samokształcenia, samokształcenie w systemie edukacji. Charakterystyka strategii i poszczególnych metod kształcenia.

Kryteria doboru metod kształcenia. Lekcja jako podstawowa forma nauczania - uczenia się. Ocenianie w procesie kształcenia: kryteria oceny szkolnej, zmiany w systemie oceniania.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy odnowy biologicznej				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	LO	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Student ma wiedz na temat procesów zm czenia, przem czenia, przetrenowania i wypoczynku oraz ich wpływ na zdrowie i wydolno człowieka. Student ma wiedz na temat przyczyn i mechanizmów powstawania przeci e fizycznych ustroju, ostrych stanów pourazowych oraz ich profilaktyki i post powania.	WF1_W13	kolokwium
2	Student ma wiedze na temat działania na organizm stosowanych w odnowie biologicznej, a tak e na temat działania dozwolonych i niedozwolonych metod i rodków wspomagaj cych.	WF1_W14	kolokwium
3	Student umie rozpozna objawy zm czenia, przem czenia, przetrenowania organizmu i nieprawidłowego stanu zdrowia wymagaj cego natychmiastowej pomocy.	WF1_U02	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemyle ;	WF1_U07	wykonanie zadania
5	Student wła ciwie dokonuje oceny zm czenia, przem czenia i przetrenowania oraz potrafi dobra odpowiednie rodk i metody odnowy biologicznej.	WF1_U11	wykonanie zadania
6	Student wie jak posługiwa si podstawowymi rodkami i metodami odnowy biologicznej, zna przeciwskazania do ich stosowania.	WF1_U17	ocena aktywno ci
7	Student i umie zaprojektowa program odnowy biologicznej dla sportowca.	WF1_U18	ocena aktywno ci
8	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
9	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i współczucie z powodu ewentualnych schorze .	WF1_K06	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium test z pytaniami jednokrotnego wyboru.)			
umiej tno ci: ocena aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach)			

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

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Wymagana obecność na zajęciach, przygotowanie programu odnowy biologicznej dla wybranej osoby/zawodnika, test kołowy.

Treści programowe (opis skrócony)

Zapoznanie słuchaczy z teoretycznymi podstawami przecięcia i przetrenowania zawodnika i ich wpływ na zdrowie i wydolność sportowca. Zapoznanie studentów z procesami restytucji powysiłkowej. Zapoznanie studentów ze stosowaniem metod i środków stosowanych w odnowie biologicznej zawodnika.

Treści programowe

Semestr: 4

Forma zajęć : **wykład**

Odnowa biologiczna mity i fakty, podłoże teoretyczne. Homeostaza a wydolność fizyczna. Wysiłek fizyczny i inne czynniki zaburzające homeostaz organizmu. Homeostaza a wspomaganie. Możliwość wysiłkowe człowieka z medycznego punktu widzenia. Czynniki wewnętrzne warunkujące możliwość wysiłkowe człowieka. Plastyczność i adaptacja. Pojęcie zdrowia i choroby w aspekcie zdolności wysiłkowych. Wpływ procesów starzenia na zdolność do wysiłku fizycznego. Możliwość wysiłkowe człowieka w kontekście zmian patofizjologicznych. Czynniki zewnętrzne (rodowiskowe) wpływające na możliwość wysiłkowe człowieka. Wysiłek w ekstremalnych warunkach termicznych otoczenia i ich wpływ na organizm. Zmęczenie definicja, przyczyny, rodzaje zmęczenia i objawy. Przemęczenie i przetrenowanie przyczyny, typy przetrenowania, objawy, wpływ na organizm. Zmiany w układzie hormonalnym i odpornościowym towarzyszące zmęczeniu i przetrenowaniu. Restytucja powysiłkowa - właściwość i przebieg procesów wypoczynkowych.

Forma zajęć : **wiczenia laboratoryjne**

Odnowa biologiczna teoria, środki i metody odnowy biologicznej. Zasady stosowania środków odnowy biologicznej z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań do ich stosowania. Najczęściej spotykane uszkodzenia narządów ruchu obserwowane w sporcie i rekreacji, profilaktyka uszkodzeń, doleczanie po obrażeniach narządu ruchu w sporcie. Ogólne zasady stosowania odnowy biologicznej w celu optymalizacji procesów wypoczynkowych. Ogólne zasady programowania procesów odnowy biologicznej. Zasady i nauka programowania procesów odnowy biologicznej w różnych dyscyplinach sportowych z uwzględnieniem okresów treningowych.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Podstawy rekreacji i turystyki				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje fachow wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie podstawowe poj cia zwi zane z turystyk i rekreacj , zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia;	WF1_W09	wypowied ustna
2	potrafi kreowa sytuacje dydaktyczne słu ce aktywno ci i rozwojowi zainteresowa uczniów oraz popularyzacji wiedzy;	D.1/E.1.U05	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
5	posiada umiej tno ci pedagogiczne zwi zane z prowadzeniem procesu nauczania;	WF1_U12	wykonanie zadania
6	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
7	jest gotów do popularyzowania wiedzy w ród uczniów i w rodowisku szkolnym oraz pozaszkolnym;	D.1/E.1.K02	obserwacja zachowa
8	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
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	samoocena
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej; ocena wyst pienia podczas prezentacji multimedialnej;)			
umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach, na laboratorium, innych formach zaj)			
kompetencje społeczne:			

<p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p> <p>samoocena (ocena własnych umiejętności lub kompetencji dokonana przez studenta)</p>
<p>Warunki zaliczenia</p>
<p>Warunkiem zaliczenia jest obecność na wszystkich zajęciach, ocena pozytywna z wszystkich testów na temat turystyki i rekreacji.</p>
<p>Treści programowe (opis skrócony)</p>
<p>Zapoznanie studentów z metodycznymi aspektami organizacji imprez rekreacyjnych i turystycznych w szkole oraz poza szkołą. Wykorzystanie różnych nowoczesnych form rekreacji i turystyki do uatrakcyjnienia obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego w szkole jak i pozaszkolnych, ponadobowiązkowych.</p>
<p>Treści programowe</p>
<p>Semestr: 1</p>
<p>Forma zajęć : wykład</p>
<p>Zarys dziejów rekreacji na świecie oraz w Polsce, podstawowe pojęcia i definicje związane z rekreacją ruchową, znaczenie rekreacji ruchowej w życiu współczesnego człowieka, społeczne i kulturowe podstawy rekreacji ruchowej, wybrane zagadnienia z metodyki rekreacji ruchowej, rekreacja ruchowa osób o specjalnych potrzebach, podział rekreacji na rodzaje, rekreacja ruchowa a sport, imprezy rekreacyjne a imprezy sportowe – podobieństwa i różnice, organizacja rekreacji – sektor publiczny, społeczny i prywatny w rekreacji</p> <p>Wykłady – turystyka:</p> <p>Zarys dziejów turystyki na świecie, w Polsce oraz w Tarnowie, wprowadzenie do turystyki współczesnej – podstawowe pojęcia i definicje związane z turystyką, cele turystyki (poznawczy, rekreacyjny, zdrowotny), funkcje i dysfunkcje współczesnej turystyki, podział turystyki ze względu na: rodzaje i formy, zasady organizacji imprez turystyki kwalifikowanej – na przykładzie rajdu i obozu w drownego</p> <p>Wykłady – rekreacja i turystyka:</p> <p>Organizacyjno – prawne podstawy działalności nauczyciela w zakresie rekreacji ruchowej i turystyki w szkołach (rekreacja ruchowa i turystyka w świetle dzisiejszych przepisów prawnych i ustaw).</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka post powania korekcyjnego				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi wysiłku fizycznego;	WF1_W05	kolokwium
2	ma podstawow wiedz na temat nieprawidłowo ci postawy ciała, wie jak rozpozna podstawowe wady postawy ciała i zaburzenia przebiegu ruchu w poszczególnych etapach ontogenezy	WF1_W13	kolokwium
3	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny postawy ciała lub sprawno ci fizycznej lub efektów treningu sportowego	WF1_U04	wykonanie zadania
4	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le	WF1_U07	wykonanie zadania
5	wła ciwie dokonuje oceny postawy ciała oraz potrafi dobra i przeprowadzi odpowiednie wiczenia słu ce jej skorygowaniu;	WF1_U11	wykonanie zadania
6	prawidłowo dokonuje podstawowej oceny postawy ciała oraz rozpoznaje podstawowe schorzenia narz du ruchu charakterystyczne dla wieku rozwojowego, wła ciwie doбира metody przeciwdziałania ewentualnym zaburzeniom;	WF1_U17	wykonanie zadania
7	skutecznie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała, potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz , potrafi oceni podstawowe parametry opisuj ce ruch, np. zakres ruchu;	WF1_U18	wykonanie zadania
8	wła ciwie wykorzystuje elementy masa u klasycznego, jako uzupełnienie gimnastyki korekcyjnej w terapii wad postawy ciała;	WF1_U19	wykonanie zadania
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
10	monitoruje zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i współczucie z powodu ewentualnych schorze ;	WF1_K06	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza:			
ocena kolokwium (ocena kolokwium)			

umiej tno ci:

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

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia jest obecno na zaj ciach, pozytywne oceny z dwóch kolokwiów

Tre ci programowe (opis skrócony)

Postawa ciała: postawa prawidłowa a wada postawy, postawa prawidłowa a budowa ciała ? wiczenia praktyczne z oceny postawy ciała, nauka analizy postawy i ruchu, interpretacja zaobserwowanych nieprawidłowo ci, Wady postawy w płaszczy nie strzałkowej: plecy okr głę, wkl słe, okr gło-wkl słe, płaskie ? wiczenia praktyczne, pokaz i omówienie przykładowych wicze koryguj cych wybran wad , praca własna studentów nad przygotowaniem programu terapeutycznego, analiza i omówienie ewentualnych bł dów, Boczne skrzywienia kr goslupa ? wiczenia praktyczne, dobór pozycji łożeniowych, wicze asymetrycznych oraz nauka przyjmowania pozycji skorygowanej Wady klatki piersiowej: klatka kurza i lejkowata, wady ustawienia głowy i łopatek, wady ko czyn dolnych: kolana szpotawe i ko lawe, wady chodu, wady stóp: płaska ? statyczna, płasko ? ko lawa, szpotawa, wydr ona, płaska poprzecznie. Zmiany ustawienia miednicy ? wiczenia praktyczne, analiza przypadków, dobór wicze i przygotowanie programu terapeutycznego.

Tre ci programowe

Semestr: 5

Forma zaj : **wiczenia laboratoryjne**

Postawa ciała: postawa prawidłowa a wada postawy, postawa prawidłowa a budowa ciała – wiczenia praktyczne z oceny postawy ciała, nauka analizy postawy i ruchu, interpretacja zaobserwowanych nieprawidłowo ci, Wady postawy w płaszczy nie strzałkowej: plecy okr głę, wkl słe, okr gło-wkl słe, płaskie – wiczenia praktyczne, pokaz i omówienie przykładowych wicze koryguj cych wybran wad , praca własna studentów nad przygotowaniem programu terapeutycznego, analiza i omówienie ewentualnych bł dów, Boczne skrzywienia kr goslupa – wiczenia praktyczne, dobór pozycji łożeniowych, wicze asymetrycznych oraz nauka przyjmowania pozycji skorygowanej Wady klatki piersiowej: klatka kurza i lejkowata, wady ustawienia głowy i łopatek, wady ko czyn dolnych: kolana szpotawe i ko lawe, wady chodu, wady stóp: płaska – statyczna, płasko – ko lawa, szpotawa, wydr ona, płaska poprzecznie. Zmiany ustawienia miednicy – wiczenia praktyczne, analiza przypadków, dobór wicze i przygotowanie programu terapeutycznego.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Dydaktyczna w szkole podstawowej				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	40	Zaliczenie z ocen	2
Razem			40		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie normy, procedury i dobre praktyki stosowane w działaniu 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	wykonanie zadania
2	zna i rozumie zadania charakterystyczne dla szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz rodowisko, w jakim one działaj ;	B.3.W01	wykonanie zadania
3	zna i rozumie organizacj , statut i plan pracy szkoły, program wychowawczo-profilaktyczny oraz program realizacji doradztwa zawodowego;	B.3.W02	wykonanie zadania
4	zna i rozumie zasady zapewniania bezpiecze stwa uczniom w szkole i poza ni .	B.3.W03	wykonanie zadania
5	zna i rozumie zadania dydaktyczne realizowane przez szkoł lub placówk systemu o wiaty;	D.2/E.2.W01	wykonanie zadania
6	zna i rozumie sposób funkcjonowania oraz organizacj pracy dydaktycznej szkoły lub placówki systemu o wiaty;	D.2/E.2.W02	wykonanie zadania
7	zna i rozumie rodzaje dokumentacji działano ci dydaktycznej prowadzonej w szkole lub placówce systemu o wiaty	D.2/E.2.W03	wykonanie zadania
8	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy maj ce powszechne zastosowanie w nauczaniu dyscyplin sportowych oraz podstawy treningu sportowego	WF1_W08	wykonanie zadania
9	Posiada wiedz niezbd n do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	wykonanie zadania
10	potrafi projektowa i realizowa programy nauczania z uwzgl dnieniem zró nicowanych potrzeb edukacyjnych uczniów;	1.2.04	wykonanie zadania
11	potrafi tworzy sytuacje wychowawczo-dydaktyczne motywuj ce uczniów do nauki i pracy nad sob , analizowa ich skuteczno oraz modyfikowa działania w celu uzyskania po danych efektów wychowania i kształcenia;	1.2.06	wykonanie zadania

12	potrafi rozwija kreatywno i umiej tno samodzielne, krytyczne my lenia uczniw;	1.2.08	wykonanie zadania
13	potrafi skutecznie animowa i monitorowa realizacj zespolowych dziala edukacyjnych uczniw;	1.2.09	wykonanie zadania
14	potrafi wyci ga wnioski z obserwacji pracy wychowawcy klasy, jego interakcji z uczniami oraz sposobu, w jaki planuje i przeprowadza zaj cia wychowawcze;	B.3.U01	wykonanie zadania
15	potrafi wyci ga wnioski z obserwacji sposobu integracji dziala opieku czo-wychowawczych i dydaktycznych przez nauczycieli przedmiotw;	B.3.U02	wykonanie zadania
16	potrafi wyci ga wnioski, w miar mo liwo ci, z bezpo redniej obserwacji pracy rady pedagogicznej i zespolu wychowawcw klas;	B.3.U03	wykonanie zadania
17	potrafi wyci gn wnioski z obserwacji pracy dydaktycznej nauczyciela, jego interakcji z uczniami oraz sposobu planowania i przeprowadzania zaj dydaktycznych; aktywnie obserwowa stosowane przez nauczyciela metody i formy pracy oraz wykorzystywane pomoce dydaktyczne, a tak e sposoby oceniania uczniw oraz zadawania i sprawdzania pracy domowej;	D.2/E.2.U01	wykonanie zadania
18	potrafi zaplanowa i przeprowadzi pod nadzorem opiekuna praktyk zawodowych seri lekcji lub zaj ;	D.2/E.2.U02	wykonanie zadania
19	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.	D.2/E.2.U03	wykonanie zadania
20	Legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych	WF1_U01	wykonanie zadania
21	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej	WF1_U10	praca pisemna
22	Posiada umiej tno ci pedagogiczne zwi zane z procesem nauczania	WF1_U12	wykonanie zadania
23	Podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz wspolpracownikom ide uczenia si przez cale ycie	WF1_U16	wykonanie zadania
24	jest gotw do poslugiwania si uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w dzialalno ci zawodowej, kieruj c si szacunkiem dla ka dego czlowieka;	1.3.01	obserwacja zachowa
25	jest gotw do budowania relacji opartej na wzajemnym zaufaniu mi dzy wszystkimi podmiotami procesu wychowania i ksztalcenia, w tym rodzicami lub opiekunami ucznia, oraz wl czania ich w dzialania sprzyjaj ce efektywno ci edukacyjnej;	1.3.02	obserwacja zachowa
26	jest gotw do porozumiewania si z osobami pochodz cymi z ró nych rodowisk i o ró nej kondycji emocjonalnej, dialogowego rozwi zywania konfliktw oraz tworzenia dobrej atmosfery dla komunikacji w klasie szkolnej i poza ni ;	1.3.03	obserwacja zachowa
27	jest gotw do podejmowania decyzji zwi zanych z organizacj procesu ksztalcenia w edukacji wl czaj cej;	1.3.04	obserwacja zachowa
28	jest gotw do rozpoznawania specyfiki rodowiska lokalnego i podejmowania wspolpracy na rzecz dobra uczniw i tego rodowiska;	1.3.05	obserwacja zachowa
29	jest gotw do projektowania dziala zmierzaj cych do rozwoju szkoły lub placowki systemu o wiaty oraz stymulowania poprawy jako ci pracy tych instytucji;	1.3.06	obserwacja zachowa
30	jest gotw do pracy w zespole, pelnienia w nim ró nych ró l oraz wspolpracy z nauczycielami, pedagogami, specjalistami, rodzicami lub opiekunami uczniw i innymi czlonkami spoeczno ci szkolnej i lokalnej.	1.3.07	obserwacja zachowa

31	jest gotów do skutecznego współdziałania z opiekunem praktyk zawodowych i z nauczycielami w celu poszerzania swojej wiedzy	B.3.K01	obserwacja zachowa
32	jest gotów do skutecznego współdziałania z opiekunem praktyk zawodowych i nauczycielami w celu poszerzania swojej wiedzy dydaktycznej oraz rozwijania umiejętności wychowawczych.	D.2/E.2.K01	obserwacja zachowa
33	Okazuje szacunek współpracownikom, podopiecznym, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazuje wyrozumiałość dla ich słabości i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
34	Współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
35	Jest świadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa
36	Uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego i sportowego i potrafi je właściwie ocenić	WF1_K05	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

umiejętności:

ocena pracy pisemnej (ocena scenariusza, konspektu)

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen w semestrze 5. Ocena łączna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia zakładu pracy i opiekuna PWSZ.

Treści programowe (opis skrócony)

Nabywanie praktycznych umiejętności prowadzenia lekcji różnego typu i rodzaju, zajęć rekreacyjno-sportowych, zajęć fakultatywnych, pracy szkoleniowej z młodzieżą utalentowaną sportowo oraz wiedzy teoretycznej związanej z zasadami funkcjonowania szkoły i pracy nauczyciela wychowania fizycznego

Treści programowe

Semestr: 6

Forma zajęć: **praktyka zawodowa**

Tematyka praktyki:

Hospitacje lekcji WF różnego typu i rodzaju. Analiza programu nauczania wf, planowanie pracy nauczyciela wf, kontrola i ocena pracy ucznia, poznanie zasad i zadań funkcjonowania szkoły, współpraca nauczyciela wf z Radą Pedagogiczną i innymi organizacjami działającymi w szkole, poznanie życia sportowego w szkole, prowadzenie treningów wybranych dyscyplin sportowych
Prowadzenie części wstępnej lekcji, prowadzenie lekcji wf z gier i zabaw, zespołowych gier sportowych, lekkiej atletyki, zajęć w terenie, gimnastyki, pływania

Po odbyciu praktyk student powinien nabyć wiedzę na temat organizacji pracy w szkole, poznać zadania Rady Pedagogicznej, organizacji szkolnych, opieki lekarskiej. Winien poznać zadania nauczyciela wf związane z planowaniem pracy, kontrolą i oceną umiejętności i sprawności ucznia, sposoby dokumentowania efektów realizacji planu dydaktycznego, organizowania działalności sportowej w szkole.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Instruktorska				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	60	Zaliczenie z ocen	3
Razem			60		3

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy maj ce powszechne zastosowanie w nauczaniu dyscyplin sportowych oraz podstawy treningu sportowego	WF1_W08	wykonanie zadania
2	Posiada wiedz niezb dn do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	wykonanie zadania
3	Legitymuje si ponadprzecinym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych	WF1_U01	wykonanie zadania
4	Profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej	WF1_U10	praca pisemna
5	Posiada umiej tno ci pedagogiczne zwi zane z procesem nauczania	WF1_U12	wykonanie zadania
6	Podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie	WF1_U16	wykonanie zadania
7	Prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu	WF1_U20	praca pisemna
8	Prawidłowo dobiera obci enia treningowe oraz rodki i metody pracy szkoleniowej w zale no ci od sprawno ci fizycznej podopiecznych	WF1_U21	wykonanie zadania
9	Okazuje szacunek współpracownikom, podopiecznym, zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuje wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
10	Współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
11	Jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa
12	Uczestniczy w ró nych formach ycia kulturalnego i sportowego i potrafi je wła ciwie oceni	WF1_K05	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się
<p>wiedza:</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p>
Warunki zaliczenia
Zaliczenie z ocen w semestrze 6. Ocena łączna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia klubu sportowego
Treści programowe (opis skrócony)
Nabywanie praktycznych umiejętności prowadzenia zajęć treningowych z wybranej dyscypliny sportowej oraz wiedzy teoretycznej związanej z zasadami funkcjonowania klubu sportowego i sekcji sportowej
Treści programowe
Semestr: 6
Forma zajęć : praktyka zawodowa
<p>Tematyka praktyki:</p> <p>Przepisy BHP na Sali lub boisku</p> <p>Warsztat pracy trenera</p> <p>Plan treningowy</p> <p>Trening poza salą gimnastyczną</p> <p>Po zaliczeniu praktyki student powinien:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Znać zasady funkcjonowania klubu sportowego i sekcji sportowej 2. Nabyć umiejętności prowadzenia zajęć treningowych w wybranej dyscyplinie sportowej 3. Umieć ocenić wydolność i sprawność specjalnie trenujących 4. Prowadzić dokumentację zajęć treningowych

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Korekcyjna				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	60	Zaliczenie z ocen	3
Razem			60		3

Dane merytoryczne

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	Nabycie praktycznych umiej tno ci prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z ró nego typu wadami postawy oraz nabycia wiedzy teoretycznej zwi zanej z zasadami funkcjonowania korektywy w szkole.	1.1.03, 1.1.04, 1.1.06, 1.1.07, 1.1.10	dokumentacja praktyki
2	Po zako czeniu praktyki student powinien: - zna zasady funkcjonowania szkoły w zakresie korekty wad postawy ciała. - posiada umiej tno prowadzenia zaj z gimnastyki korekcyjnej z ró nego typu wadami postawy ciała - umie zdiagnozowa wady postawy ciała	1.2.01, 1.2.02, 1.2.04, 1.2.05, 1.2.09, 1.2.10	dokumentacja praktyki
3	Posługuje si uniwersalnymi zasadami etycznymi, buduje prawidłowe relacje interpersonalne w grupie, okazuje empati i wspiera potrzebuj cych pomocy podopiecznych.	1.3.01, 1.3.02, 1.3.03, 1.3.07, B.1.K02, B.2.K01	dokumentacja praktyki

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów))

umiej tno ci:

ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów))

kompetencje społeczne:

ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów))

Warunki zaliczenia

Ocenie podlega poziom wiedzy teoretycznej i praktycznej, trafno doboru wicze korekcyjnych i metod terapeutycznych, dokładno ich wykonania, dobra komunikacja z wicz cymi.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Hospitacje, diagnostyka postawy ciała, zadania dodatkowe zwi zane z przygotowaniem zaj , dokumentacj własn i organizacj zaj .
prowadzenia zaj (ł cznie 90 godzin).
Tematyka:
- przepisy BHP na sali korekcyjnej
- warsztat pracy nauczyciela
- planowanie pracy
- współpraca z rodzicami i lekarzem prowadz cym
- udział w posiedzeniach rady pedagogicznej

Treści programowe

Semestr: 6

Forma zajęć : **praktyka zawodowa**

- 10 godzin hospitacji
- 10 godzin diagnostyki postawy ciała z opiekunem lub pielęgniarką
- 10 godzin zadań dodatkowych związanych z prowadzeniem lekcji, dokumentacji własnej i organizacji zajęć
- 60 godzin prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z różnymi wadami postawy ciała

Tematyka;

- 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

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Korekcyjna				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	60	Zaliczenie z ocen	3
Razem			60		3

Dane merytoryczne

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	Nabycie praktycznych umiej tno ci prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z ró nego typu wadami postawy oraz nabycia wiedzy teoretycznej zwi zanej z zasadami funkcjonowania korektywy w szkole.	1.1.03, 1.1.04, 1.1.06, 1.1.07, 1.1.10	dokumentacja praktyki
2	Po zako czeniu praktyki student powinien: - zna zasady funkcjonowania szkoły w zakresie korekty wad postawy ciała. - posiada umiej tno prowadzenia zaj z gimnastyki korekcyjnej z ró nego typu wadami postawy ciała - umie zdiagnozowa wady postawy ciała	1.2.01, 1.2.02, 1.2.04, 1.2.05, 1.2.09, 1.2.10	dokumentacja praktyki
3	Posługuje si uniwersalnymi zasadami etycznymi, buduje prawidłowe relacje interpersonalne w grupie, okazuje empati i wspiera potrzebuj cych pomocy podopiecznych.	1.3.01, 1.3.02, 1.3.03, 1.3.07, B.1.K02, B.2.K01	dokumentacja praktyki
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów))			
umiej tno ci: ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów))			
kompetencje społeczne: ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów))			
Warunki zaliczenia			
Ocenie podlega poziom wiedzy teoretycznej i praktycznej, trafno doboru wicze korekcyjnych i metod terapeutycznych, dokładno ich wykonania, dobra komunikacja z wicz cymi.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Nabycie praktycznych umiej tno ci prowadzenia zaj kinezyterapeutycznych i zastosowania nowoczesnych metod w gimnastyki korekcyjnej z ró nego typu wadami postawy oraz nabycia wiedzy teoretycznej zwi zanej z zasadami funkcjonowania korektywy w szkole i o rodkach terapeutyczno-medycznych.			

Treści programowe
Semestr: 6
Forma zajęć : praktyka zawodowa
<ul style="list-style-type: none">- 10 godzin hospitacji- 10 godzin diagnostyki postawy ciała z opiekunem lub pielęgniarką- 10 godzin zadań dodatkowych związanych z prowadzeniem lekcji, dokumentacji własnej i organizacji zajęć- 60 godzin prowadzenia lekcji z gimnastyki korekcyjnej z różnymi wadami postawy ciała <p>Tematyka;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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 <p>Osoby odpowiedzialne za praktyki ;</p> <ul style="list-style-type: none">- dyrektor szkoły- nauczyciel gimnastyki korekcyjnej- nauczyciel metodyk PWSZ w Tarnowie

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Obozowa				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	PR	60	Zaliczenie z ocen	3
Razem			60		3

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student ma wiedz z zakresu przepisów BHP i rozporz dze dotycz cych organizacji wypoczynku dzieci i młodzie y	1.1.11, B.3.W03, 1.1.09	dokumentacja praktyki
2	student ma wiedz z zakresu opracowywania planów zaj podczas kolonii, obozów, obozów sportowych(w tym dochodzeniowych), imprez sportowo-rekreacyjnych, zaj terenowych i innych.	WF1_W11	dokumentacja praktyki
3	student potrafi poprowadzi zaj podczas kolonii, obozów, obozów sportowych(w tym dochodzeniowych), imprez sportowo-rekreacyjnych, zaj terenowych i innych.	WF1_U01, WF1_U21	dokumentacja praktyki
4	student potrafi opracowa plan zaj podczas kolonii, obozów, obozów sportowych(w tym dochodzeniowych), imprez sportowo-rekreacyjnych, zaj terenowych i innych.	WF1_U08, WF1_U09	dokumentacja praktyki
5	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie realizacji programu praktyki obozowej	B.3.K01, D.2/E.2.K01, WF1_K01	rozmowa nieformalna, dokumentacja praktyki
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów)			
umiej tno ci: ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów)			
kompetencje społeczne: ocena dokumentacji praktyki (ocena realizacji zada i rozwi zywania problemów w ramach praktyk zawodowych (kontrola praktyk, dziennika praktyk, analiza ankiety po praktykach, karta oceny praktyki, ocena sprawozdania, ocena z hospitacji, ocena innych dokumentów) rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych podczas odbywania praktyki, rozmowa z opiekunami praktyk z ramienia podmiotów przyjmuj cych studenta na praktyki.)			
Warunki zaliczenia			
Ocena ł czna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocen i opinii opiekunów praktyk z ramienia podmiotów przyjmuj cych studenta na praktyki.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Nabycie praktycznych umiej tno ci organizacji zaj sportowych, rekreacyjno-sportowych, gier i zabaw oraz wypoczynku dzieci i młodzie y z podziałem na grupy podczas kolonii, obozów, obozów sportowych(w tym dochodzeniowych), imprez sportowo-rekreacyjnych, zaj terenowych i innych.			

Treści programowe
Semestr: 6
Forma zajęć : praktyka zawodowa
<ol style="list-style-type: none">1. Przepisy BHP/ rozporządzenia2. Hospitacja zajęć3. Warsztat pracy - opracowywanie planów zajęć podczas kolonii, obozów, obozów sportowych(w tym dochodzeniowych), imprez sportowo-rekreacyjnych, zajęć terenowych i innych.4. Organizacja planowanych zajęć5. Realizacja programów opiekunów praktyk <p>15 godzin - hospitacja zajęć</p> <p>15 godzin - zadania dodatkowe związane z prowadzeniem zajęć , przygotowaniem do zajęć , prowadzeniem dokumentacji własnej</p> <p>30 godzin - prowadzenie zajęć</p>

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				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1, 2, 3	2	PR	10	Zaliczenie z ocen	1
1, 2, 3	4	PR	10	Zaliczenie z ocen	1
1, 2, 3	6	PR	10	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		3

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie normy, procedury i dobre praktyki stosowane w działaniu pedagogicznej (wychowanie przedszkolne, nauczanie w szkołach podstawowych i rednich ogólnokształc cych, technikach i szkołach bran owych, szkołach specjalnych i oddziałach specjalnych oraz integracyjnych, w ró nego typu o rodkach wychowawczych oraz kształceniu ustawicznym);	1.1.04	wykonanie zadania
2	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	wykonanie zadania
3	dysponuje fachow wiedz na temat roli turystyki i rekreacji w yciu człowieka, rozumie podstawowe poj cia zwi zane z turystyk i rekreacj , zna zasady podejmowania aktywno ci fizycznej, której celem jest zwi kszanie wydolno ci organizmu i podnoszenie jako ci ycia;	WF1_W09	wykonanie zadania
4	włada podstawow wiedz z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własno ci przemysłowej;	WF1_W10	wykonanie zadania
5	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	wykonanie zadania
6	potrafi monitorowa post py uczniów, ich aktywno i uczestnictwo w yciu społecznym szkoły;	1.2.11	wykonanie zadania
7	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
8	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
9	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania

10	umiejętnie organizuje i zarządza imprezami sportowymi w oparciu o obowiązujące prawo w sportach indywidualnych i zespołowych, również na zaawansowanym poziomie sportowym	WF1_U22	wykonanie zadania
11	właściwie ocenia swoją wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
12	współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
13	uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego, potrafi ocenić je oraz wykorzystać w kontekście rozwoju różnych placówek oświatowych	WF1_K05	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego)

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 udział w odpowiedniej liczbie godzin podczas organizacji, przeprowadzenia imprez sportowych i rekreacyjnych w instytucjach oświatowych i sportowych działających na terenie miasta Tarnowa oraz w miejscu zamieszkania studenta.

Treści 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 szkołą. Wykorzystanie różnych nowoczesnych form rekreacji do uatrakcyjnienia pozaszkolnych zajęć sportowych i rekreacyjnych.

Treści programowe

Semestr: 2

Forma zajęć : **praktyka zawodowa**

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.

Semestr: 4

Forma zajęć : **praktyka zawodowa**

Umiejętność odpowiedniego wykorzystania wiedzy oraz umiejętności praktycznych nabytych podczas teoretycznych i praktycznych zajęć na uczelni.

Nabywanie umiejętności samodzielnego decydowania w różnych sytuacjach mających miejsce podczas organizacji imprez sportowych i rekreacyjnych.

Korzystanie z wiedzy i doświadczenia nauczycieli, trenerów, instruktorów, animatorów w zakresie organizowania, prowadzenia imprez sportowych i rekreacyjnych.

Semestr: 6

Forma zajęć : **praktyka zawodowa**

Nabywanie umiejętności samodzielnego prowadzenia imprez sportowo-rekreacyjnych w różnych placówkach oświatowych (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).

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Praktyka zawodowa: Psychopedagogiczna w szkole podstawowej				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	PR	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie normy, procedury i dobre praktyki stosowane w działaniu pedagogicznej (wychowanie przedszkolne, nauczanie w szkołach podstawowych i rednich ogólnokształc cych, technikach i szkołach bran owych, szkołach specjalnych i oddziałach specjalnych oraz integracyjnych, w ró nego typu o rodkach wychowawczych oraz kształceniu ustawicznym);	1.1.04	wypowied ustna
2	Posiada wiedz niezb dn do podejmowania inicjatywy zawodowej i projektowania własnego rozwoju	WF1_W12	wypowied ustna
3	potrafi podejmowa prac z uczniami rozbudzaj c ich zainteresowania i rozwijaj c ich uzdolnienia, włą ciwie doбира tre ci nauczania, zadania i formy pracy w ramach samokształcenia oraz promowa osi gni cia uczniów;	1.2.07	wykonanie zadania
4	potrafi 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	wykonanie zadania
5	potrafi zaplanowa i przeprowadzi zaj cia wychowawcze pod nadzorem opiekuna praktyk zawodowych;	B.3.U05	wykonanie zadania
6	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 wiadzione w czasie praktyk.	B.3.U06	wykonanie zadania
7	Podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie	WF1_U16	wykonanie zadania
8	jest gotów do projektowania działań zmierzaj cych do rozwoju szkoły lub placówki systemu o wiaty oraz stymulowania poprawy jako ci pracy tych instytucji;	1.3.06	obserwacja zachowa
9	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

10	jest gotów do skutecznego współdziałania z opiekunem praktyk zawodowych i z nauczycielami w celu poszerzania swojej wiedzy	B.3.K01	obserwacja zachowa
11	Okazuje szacunek współpracownikom, podopiecznym, zwraca uwagę na zachowanie swoich podopiecznych, okazuje wyrozumiałość dla ich słabości i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
12	Współpracuje w zespole, wykorzystując własne możliwości oraz możliwości każdego z członków grupy do osiągnięcia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
13	Jest wiadomy zasad i norm etycznych obowiązujących nauczyciela, trenera, sportowca i kibica	WF1_K04	obserwacja zachowa
14	Uczestniczy w różnych formach życia kulturalnego i sportowego i potrafi je właściwie ocenić	WF1_K05	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);

umiejętności:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen. Ocena łączna na podstawie zgromadzonej dokumentacji oraz ocena opiekuna praktyki z ramienia zakładu pracy i opiekuna PWSZ.

Treści programowe (opis skrócony)

Nabywanie praktycznych umiejętności prowadzenia lekcji różnego typu i rodzaju, zajęć rekreacyjno-sportowych oraz wiedzy teoretycznej związanej z zasadami funkcjonowania szkoły i pracy nauczyciela wychowania fizycznego

Treści programowe

Semestr: 4

Forma zajęć: **praktyka zawodowa**

Hospitacje lekcji WF różnego typu i rodzaju. Analiza programu nauczania wf, planowanie pracy nauczyciela wf, kontrola i ocena pracy ucznia, poznanie zasad i zadań funkcjonowania szkoły, współpraca nauczyciela wf z Radą Pedagogiczną i innymi organizacjami działającymi w szkole.

Prowadzenie części wstępnej lekcji, próby prowadzenia części głównej z gimnastyki, gier i zabaw, koszykówki, piłki siatkowej, pływania. Po odbyciu praktyk student powinien nabyć wiedzę na temat organizacji pracy w szkole, poznać zadania Rady Pedagogicznej, organizacji szkolnych, opieki lekarskiej. Winien poznać zadania nauczyciela wf związane z planowaniem pracy, kontrolą i oceną umiejętności i sprawności ucznia, sposoby dokumentowania efektów realizacji planu dydaktycznego, organizowania działalności sportowej w szkole.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:		Katedra Wychowania Fizycznego			
Kierunek studiów:		Wychowanie fizyczne			
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :		Psychologia			
Forma studiów:		stacjonarne			
Nazwa katalogu:		WOZ-WF-I-23/24Z			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1		30	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
	2		15	Zaliczenie z ocen	2
		W	15	Egzamin	1
Razem			75		6

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie procesy komunikowania interpersonalnego i społecznego oraz ich prawidłowo ci i zakłócenia;	1.1.12	kolokwium
2	zna i rozumie podstawowe poj cia psychologii: procesy poznawcze, spostrzeganie, odbiór i przetwarzanie informacji, mow i j zyk, my lenie i rozumowanie, uczenie si i pam i , rol uwagi, emocje i motywacje w procesach regulacji zachowania, zdolno ci i uzdolnienia, psychologi ró nic indywidualnych - ró nice w zakresie inteligencji, temperamentu, osobowo ci i stylu poznawczego;	B.1.W01	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 pam i , 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 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
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,	B.1.W03	kolokwium

5	porozumiewanie się ludzi w instytucjach, reguły współdziałania, procesy komunikowania się, bariery w komunikowaniu się, media i ich wpływ wychowawczy, style komunikowania się uczniów i nauczyciela, bariery w komunikowaniu się w klasie, różne formy komunikacji - autoprezentacji, aktywne słuchanie, efektywne nadawanie, komunikacja niewerbalna, porozumiewanie się emocjonalne w klasie, porozumiewanie się w sytuacjach konfliktowych;	B.1.W03	kolokwium
6	zna i rozumie proces uczenia się: modele uczenia się, w tym koncepcje klasyczne i współczesne ujęcia w oparciu o wyniki badań neuropsychologicznych, metody i techniki uczenia się z uwzględnieniem rozwijania metapoznania, trudności w uczeniu się, ich przyczyny i strategie ich przezwyciężenia, metody i techniki identyfikacji oraz wspomagania rozwoju uzdolnień i zainteresowań, bariery i trudności w procesie komunikowania się, techniki i metody usprawniania komunikacji z uczniem oraz między uczniami;	B.1.W04	kolokwium
7	zna i rozumie zagadnienia autorefleksji i samorozwoju: zasoby własne w pracy nauczyciela - identyfikacja i rozwój, indywidualne strategie radzenia sobie z trudnościami, stres i nauczycielskie wypalenie zawodowe.	B.1.W05	kolokwium
8	posiada zaawansowaną wiedzę na temat wychowania i kształcenia, zna istotną terminologię związaną z psychofizycznym i społecznym rozwojem człowieka;	WF1_W03	kolokwium
9	prezentuje zaawansowaną wiedzę o rozwoju psychicznym człowieka rozumie prawidłowości i zależności związki interpersonalnymi i społecznymi, zachodzące między nimi relacje i zakłócenia;	WF1_W04	kolokwium
10	potrafi obserwować sytuacje i zdarzenia pedagogiczne, analizować je z wykorzystaniem wiedzy pedagogiczno-psychologicznej oraz proponować rozwiązania problemów;	1.2.01	wykonanie zadania
11	potrafi obserwować procesy rozwojowe uczniów;	B.1.U01	wykonanie zadania
12	potrafi obserwować zachowania społeczne i ich uwarunkowania;	B.1.U02	wykonanie zadania
13	potrafi skutecznie i wiadomo komunikować się;	B.1.U03	wykonanie zadania
14	potrafi porozumieć się w sytuacji konfliktowej;	B.1.U04	wykonanie zadania
15	potrafi rozpoznawać bariery i trudności uczniów w procesie uczenia się;	B.1.U05	wykonanie zadania
16	potrafi identyfikować potrzeby uczniów w rozwoju uzdolnień i zainteresowań;	B.1.U06	wykonanie zadania
17	potrafi radzić sobie ze stresem i stosować strategie radzenia sobie z trudnościami;	B.1.U07	wykonanie zadania
18	potrafi zaplanować działania na rzecz rozwoju zawodowego na podstawie wiadomej autorefleksji i informacji zwrotnej od innych osób.	B.1.U08	wykonanie zadania
19	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań, obserwacji, badań i przemyśleń;	WF1_U07	wykonanie zadania
20	władza podstawową wiedzę z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własności przemysłowej;	WF1_U10	wykonanie zadania
21	jest gotów do posługiwania się uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w działalności zawodowej, kierując się szacunkiem dla każdego człowieka;	1.3.01	obserwacja zachowa
22	jest gotów do porozumiewania się z osobami pochodzącymi z różnych środowisk i o różnej kondycji emocjonalnej, dialogowego rozwiązywania konfliktów oraz tworzenia dobrej atmosfery dla komunikacji w klasie szkolnej i poza nią;	1.3.03	obserwacja zachowa

23	jest gotów do autorefleksji nad własnym rozwojem zawodowym;	B.1.K01	obserwacja zachowa
24	jest gotów do wykorzystania zdobytej wiedzy psychologicznej do analizy zdarze pedagogicznych.	B.1.K02	obserwacja zachowa
25	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
26	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa

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, pozytywna ocena z pracy kontrolnej, zdanie kolokwium oraz egzaminu kryteria : 90-100% punktów 5,0 89-85% 4,5 84-71% 4,0 70-66% 3,5 50-65% 3,0

Tre ci programowe (opis skrócony)

Kurs obejmuje podstawowe poj cia z zakresu psychologii, niezb dne do samdzielnego studiowania literatury przedmiotu. Zapoznaje studentów z mechanizmami psychologicznego funkcjonowania człowieka, sprzyja nabyciu umiej tno ci wgl du w sytuacji innej osoby,, kształtuje nawyki monitorowania własnego zachowania . Te umiej tno ci s istotne dla wykonywania zawodu nauczyciela.

Tre ci programowe

Semestr: 1

Forma zaj : **wykład**

Psychologia jako nauka, cele i zadania psychologii. Działy psychologii. Jej zwi zki z innymi naukami.

Zachowanie człowieka. Poj cie sytuacji. Sytuacje normalne i trudne. Lekcja wychowania fizycznego jako sytuacja trudna. Zachowania reaktywne a celowe.

Psychologiczne koncepcje człowieka : psychoanalityczna, behawiorystyczna, poznawcza, postmodernistyczna

Zasady, prawidłowo ci i czynniki psychicznego rozwoju człowieka

Procesy emocjonalne. Mechanizmy wzbudzania emocji. Teorie emocji. Ekspresja i regulacja emocji. Szkoła jako ródło pobudzenia emocjonalnego. L k i strach. Koncepcje I ku spielbergera i k pi skiego

Forma zaj : **wiczenia audytoryjne**

Procesy poznawcze. Wra enia zmysłowe. Spostrzeganie. Wra enia i spostrze enia w trakcie lekcji wychowania fizycznego wyobra enia i wyobra nia. Wyobra enia ruchowe. Wyobra enia ruchowe jako podstawa treningu ideomotorycznego.

Procesy uwagi. Uwaga a wiadomo . Kształtowanie uwagi na lekcjach wf

Pami i jej charakterystyka. Pami jako zdolno i jako proces. Rodzaje pami ci.

Proces uczenia si . Warunkowanie klasyczne i instrumentalne. Uczenie si ruchu. Nawyki ruchowe. Uwarunkowania procesu uczenia si i nauczania. Kształtowanie umiej tno ci uczenia si .

My lenie i jego struktura. Operacje my lowe. My lenie jako rozwi zywanie problemów. Operacje my lowe według Piageta. Poj cia my lenie a mowa. Funkcje mowy.

Inteligencja. Zdolno ci. Modele inteligencji. Pomiar inteligencji. Problematyka oceniania

Czynniki rozwoju ontogenetycznego. Stadia rozwoju człowieka. Koncepcja Eriksona

Rozwój emocjonalny dzieci i młodzie y. Dojrzało emocjonalna i jej kształtowanie

Proces socjalizacji dzieci i młodzie y

Wywieranie wpływu na innych. Autoprezentacja. Poj cie konformizmu.

Semestr: 2

Forma zaj : **wykład**

Teoria stresu psychologicznego. Stres w ujęciu Selyego i Lazarusa. Radzenie sobie w sytuacji stresowej. Styl i strategie radzenia sobie. Motywacja. Koncepcje motywacji. Potrzeby człowieka i ich klasyfikacja. Teoria Masłowa. Specyficzne ludzkie mechanizmy motywacyjne. Motywacja a efektywność działania. Motywowanie uczniów w procesie nauczania. Osobowość i różnice indywidualne. Kształtowanie się osobowości. Teoria osobowości Eysencka. Pięcioczynnikowy model osobowości. Obraz samego siebie. Samoocena i jej rodzaje. Temperament, typologie temperamentu, wpływ temperamentu na przebieg procesu uczenia się, temperament a sport. Wybrane koncepcje temperamentu. Komunikowanie się ludzi. Komunikacja werbalna i niewerbalna. Zaburzenia w procesie komunikowania się, przyczyny i następstwa

Forma zajęć : **wiczenia audytorijne**

Kształtowanie się systemów wartości a rozwój moralny. Fazy rozwoju moralnego według Kohlberga. Dojrzałość szkolna i jej kryteria. Rozwój i kształtowanie zainteresowań. Wychowanie fizyczne a zaspokajanie potrzeb dzieci i młodzieży. Kształtowanie się osobowości dzieci i młodzieży. Charakterystyka psychologiczna wczesnej i średniej dorosłości. Rola emocji w funkcjonowaniu osobowości. Emocje a zdolności adaptacyjne człowieka... optymizm myślenie pozytywne. Aspiracje jednostki. Definicja pojęcia. Określenie poziomu aspiracji. Znaczenie znajomości poziomu aspiracji w procesie nauczania i wychowania. Trudny uczeń. Elementy psychologii klinicznej dziecka. Zaburzenia rozwoju u dzieci i młodzieży. Psychologiczne aspekty niepowodzeń szkolnych i trudności wychowawczych. Trudności początkującego nauczyciela. Stres nauczyciela. Samopoznanie nauczyciela. Metody badań psychologicznych i możliwości ich zastosowania w praktyce szkolnej.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Psychologia sportu				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Zna podstawowe poj cia i koncepcje z zakresu psychologii sportu, prawidłowo ci rozwoju psychicznego zawodników i oraz praw rz dz cych relacjami interpersonalnymi	WF1_W04	wypowied ustna
2	Rozumie specyfik psychologiczn aktywno ci sportowej	WF1_W16	wypowied ustna
3	Dokonuje obserwacji zachowa uczniów, kształtuje ich postawy wobec sportu, dokonuje ich ustnej prezentacji	WF1_U07	ocena aktywno ci
4	Przygotowuj c konspekt treningu lub lekcji uwzgl dnia posiadanej wiedzy psychologiczn	WF1_U10	praca pisemna
5	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom idee uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	ocena aktywno ci
6	prawidłowo przygotowuje plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz plyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu zrealizuje go w praktyce	WF1_U20	praca pisemna
7	Obiektywnie ocenia swoje kompetencje, zasięga porady specjalistów w razie potrzeby	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	Potrafi rozwi za problemy zwi zane z prowadzeniem lekcji wychowania fizycznego i treningu, umiejętnie kieruje prac grupy sportowej, jest empatyczny i wyrozumiały	WF1_K07	obserwacja zachowa
9	docenia prac i post py poczynione przez podwładnych oraz jest wyrozumiały wobec ich pora ek;	WF1_K08	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

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

umiej tno ci:

ocena aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach)

ocena pracy pisemnej (ocena sprawozdania, scenariusza, konspektu)

kompetencje społeczne:
obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)
Warunki zaliczenia
Warunkiem zaliczenia jest : obecno na zaj ciach,pozytywna ocena z przygotowanego opracowania oraz z kolokwium zaliczeniowego. Kryterai ; 90-100 % punktów bdb, 89-85% db plus, 84-71% db, 70-66% plus dst,50-65% dst
Tre ci programowe (opis skrócony)
Kurs obejmuje podstawowe problemy zwi zane z aktywno ci fizyczn na lecjach wychowania fizycznego oraz uprawianiem sportu przez dzieci i młodzie .
Tre ci programowe
Semestr: 6
Forma zaj : wykład
Przedmiot i zadania psychologii aktywno ci fizycznej Psychologiczna charakterystyka aktywno ci sportowej Wybrane metody bada psychologicznych i mozliwo ich zastosowania w praktyce nauczyciela wychowania fizycznego i trenera (obserwacja, wywiad, eksperyment) Procesy poznawcze w aktywno ci sportowej. Wra enia, spostrze enia, uwaga Procesy zapami tywania ruchu Aktywno fizyczna jako ródło zaspokajania potrzeb dzieci i młodzie y Kształtowanie pozytywnych postaw wobec aktywno ci sportowej Optymalna sylwetka osobowo ciowa nauczyciela wychowania fizycznego i trenera Zdolno ci i uzdolnienia w aktywno ci sportowej Psychospołeczne aspekty sportu dzieci i młodzie y Grupa sportowa. Jako grupa społeczna Decyzje grupowe w sporcie Przywódstwo w grupie sportowej
Forma zaj : wiczenia audytoryjne
Uczenie si czynno ci ruchowych. Stosowanie wzmocnie . Stereotyp dynamiczny Psychologiczne problemy uczestnictwa w sporcie dzieci i młodzie y. Agresja a sport. Przyczyny. Kontekst społeczny oraz indywidualny Wspomaganie mentalne w sporcie Oddziaływanie wychowawcze w sporcie. Sport a problemy okresu dojrzewania. Wychowawcza funkcja oceny w edukacji szkolnej Rola aktywno ci ruchowej w yciu człowieka poprzez wszystkie okresy rozwojowe. Temperament człowieka i jego zwi zki z uprawianiem sportu Aktywno sportowa jako ródło stresu dzieci i młodzie y. Przyczyny korzystania z dopingu farmakologicznego w sporcie Komunikacja trenera i zawodnika Aktywno ruchowa jako element zdrowego stylu ycia

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Ratownictwo wodne				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

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	Organizacja ratownictwa wodnego w Polsce, obowi zki ratownika, specyfika działania na obszarach wodnych, podstawy hydrologii i meteorologii. Zasady prowadzenia akcji ratowniczych z wykorzystaniem sprz tu ratowniczego, zasady udzielania pierwszej pomocy. Niebezpiecze stwa zagra aj ce podczas k pieli i sposoby radzenia sobie w sytuacji zagro enia.	1.1.07	kolokwium
2	Opanowanie sposobów pływania oraz skoków do wody stosowanych w ratownictwie wodnym. Holowanie ton cego, nurkowanie w gł b i w dal. Symulowane akcje ratownicze indywidualne zespołowe, udzielanie l pomocy, prowadzenia symulowanej akcji BLS. Post powanie z osob poszkodowan przy obra eniach i urazach, przy wstrz sie i hipotermii.	1.2.09	obserwacja wykonania zada
3	Ponoszenie odpowiedzialno ci za powierzone zadania, podnoszenie kwalifikacji w zakresie ratownictwa wodnego, post powanie zgodne z etyka ratownika oraz przepisami i regulaminami.	B.2.K01	obserwacja wykonania zada

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi,)

umiej tno ci:

obserwacja wykonania zada (Obserwacja samodzielnego lub grupowego wykonywanie zada w warunkach rzeczywistych i symulowanych, zaliczenie z ocen programowych wymaga praktycznych i teoretycznych.)

kompetencje społeczne:

obserwacja wykonania zada (Obserwacja samodzielnego lub grupowego wykonywanie zada w warunkach rzeczywistych i symulowanych, zaliczenie z ocen programowych wymaga praktycznych i teoretycznych.)

Warunki zaliczenia

- Zaliczenie skoków ratowniczych: na "bomb ", lizgowego, wykrocznego i rozkrocznego.
- Pływanie pod wod po wykonaniu tzw. "scyzoryka", nurkowanie w gł b (wyławianie trzech przedmiotów z dna znajduj cych si w podobnej odległo ci) i w dal.
- Holowanie osoby zagro onej przy pomocy bojki i pasa "w gorz", obur cz za uchw , jednor cz i sposobem eglarskim, holowanie zm czonego indywidualnie i zespołowo.
- Wynoszenie ratowanego na brzeg dosi ny, po drabinie, na biodrach i sposobem strackim.
- Prowadzenie akcji ratowniczej z rzutk , kołem ratunkowym i kołowrotkiem.
- Zaliczenie testu ze znajomo ci teoretycznych wymaga programowych.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Sposoby pływania stosowane w ratownictwie wodnym, akcje ratownicze indywidualne i zespołowe, bez sprz tu i ze sprz tem ratowniczym, udzielanie pomocy w wodzie i na l dzie, l pomoc, BLS.

Tre ci programowe
Semestr: 4
Forma zaj : wykład
Ratownictwo wodne
Forma zaj : wiczenia praktyczne
Sposoby pływania stosowane w ratownictwie wodnym, akcje ratownicze indywidualne i zespołowe, bez sprz tu i ze sprz tem ratowniczym, udzielanie pomocy w wodzie i na l dzie, l pomoc, BLS. Skoki ratownicze, sposoby holowania zm czonego pływaka i osoby ton cej. Nurkowanie w gł b i w dal, wynoszenie ratowanego po drabinie, na biodrach i sposobem strackim.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Rytmika i taniec				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	wypowied ustna
2	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie rytmiki i ta ca	WF1_U01	wykonanie zadania
3	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w ka dym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscypliny taneczne na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
5	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu rytmiki i ta ca i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
6	wła ciwie wykorzystuje muzyk do zaj ruchowych, potrafi nauczy podstawowych kroków wybranych ta ców narodowych i towarzyskich;	WF1_U14	wykonanie zadania
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadzonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
10	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuszej);			
umiej tno ci: ocena pracy pisemnej (ocena konspektu)			

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

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr IV. Warunkiem zaliczenia jest aktywny udział w zaj ciach, zaliczenie podstawowych elementów technicznych w formie sprawdzianu.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Opanowanie podstawowych elementów technicznych wybranych ta ców. Nauka ta ca z partnerem

Tre ci programowe

Semestr: 4

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

1. Bhp na zaj ciach rytmiki i ta ca . 2. Regulamin korzystania z sali gimnastycznej (choreograficznej).
3. Taniec towarzyski -historia, definicje, podział.
4. Opanowanie umiej tno ci praktycznych z zakresu poszczególnych ta ców:
 - a). Walc angielski (krok podstawowy po kwadracie, krok podstawowy po kwadracie w praw stron i lew stron , kroki zmienne)
 - b). Walc wiede ski (kroki balansowe do przodu i tyłu, w obrocie i na boki)
 - c). Cha-cha (krok elementarny, krok podstawowy, new York, hand to hand, tree cha chas, obrót)
 - d). Samba (krok podstawowy do przodu i tyłu, w obrocie, na boki)
 - e). Jive (krok podstawowy, odej cie partnerki, obrót partnerki)
 - f). Krakowiak (cwał, kaszka, kszesane, chołpce)
 - g). Polonez (krok podstawowy, czwórki, tunel)
 - h). Mazur (krok podstawowy)
 - i). Pozycje klasyczne (pozycje stóp: I, II, III, IV, pozycje r k: podstawowa, I, II, III)
 - j). Taktowanie (na 2, na 4)

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Samoobrona i walka wr cz				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna metodyk nauczania elementów technicznych w wybranych sportach walki;	WF1_W17	wykonanie zadania
2	student potrafi zademonstrowa elementy techniczne wybranych sportów walki;	WF1_U01, WF1_U24, WF1_U23	wykonanie zadania
3	student posiada umiej tno asekuracji podczas wykonywania elementów technicznych wybranych sportów walki;	WF1_U01, WF1_U24, WF1_U25	wykonanie zadania
4	student jest gotów do rozwi zywania konfliktów metodami mediacyjnymi;	WF1_K10	wykonanie zadania

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych wybranych sportów walki)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych wybranych sportów walki)

kompetencje społeczne:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych wybranych sportów walki)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych wybranych sportów walki.

Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, których frekwencja na zaj ciach wyniosła ponad 80%.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Opanowanie podstawowych elementów technicznych wybranych sportów walki, umo liwiaj cych zastosowanie ich w sytuacji samoobrony. Metodyka nauczania wybranych elementów sportów walki.

Tre ci programowe

Semestr: 3

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

1. Regulamin zaj .
2. Rola i miejsce sportów walki w kulturze fizycznej.
3. Kształtowanie po danego poziomu sprawno ci fizycznej.
4. wiczenia ukierunkowane. Bezpiecze stwo wicz cych. Pady do tyłu, w bok i w przód jako elementy samoasekuracji

(metodyka nauczania).

5. Nauka i doskonalenie elementów technicznych - judo, zastosowanie rzutów w sytuacjach samoobrony (metodyka nauczania).

6. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – brazylijskie jiu-jitsu, zastosowanie trzymy , d wigni na stawy, dusze w sytuacjach samoobrony(metodyka nauczania).

7. Nauka i doskonalenie elementów technicznych – boks, muay thai zastosowanie uderze i kopni w sytuacjach samoobrony(metodyka nauczania).

8.Nauka i doskonalenie elementów technicznych – mma (mieszane sztuki walki), zastosowanie kombinacji technik w sytuacjach samoobrony(metodyka nauczania).

9.Rozwi zywanie konfliktów, metody unikania walki.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Seminarium dyplomowe: humanistyczne				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	15	Zaliczenie z ocen	2
	6	S	30	Zaliczenie z ocen	6
Razem			45		8

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własno ci przemysłowej;	WF1_W10	wypowied ustna
2	umiej tnie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz ;	WF1_U02	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłu szej);</p> <p>umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia

S one okre lone przez prowadz cego seminarium (promotora) orz regulamin studiów. Główne kryteria to: terminowo i rzetelno w tworzeniu pracy licencjackiej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Systematyczne sporz dzenie pracy licencjackiej zgodnie ze współczesnymi zasadami metodologii naukowej

Tre ci programowe

Semestr: 5

Forma zaj : **seminarium dyplomowe**

Zapoznanie uczestników z kanonami sztuki pisania pracy promocyjnej oraz z zasadami j zyka, terminologii i metodologii naukowej.

Semestr: 6

Forma zajęć : **seminarium dyplomowe**

Bielska kontrola nad postępami prac uczestników. Przygotowanie do zakończenia pracy, jej kontrola antyplagiatowa i przystąpienie do końcowego egzaminu.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Seminarium dyplomowe: przyrodniczne				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	15	Zaliczenie z ocen	2
	6	S	30	Zaliczenie z ocen	6
Razem			45		8

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	włada podstawow wiedz z zakresu prawa i organizacji w szkolnictwie, sporcie i kulturze fizycznej oraz z zakresu praw autorskich i własno ci przemysłowej;	WF1_W10	wypowied ustna
2	umiej tnie posługuje si podstawowym sprz tem słu cym ocenie budowy i postawy ciała oraz sprawno ci motorycznej. Potrafi zastosowa wła ciw metod badawcz ;	WF1_U02	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemy le ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dl u szej;)			
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			
S one okre lone przez prowadz cego seminarium (promotora) orz regulamin studiów. Główne kryteria to: terminowo i rzetelno w tworzeniu pracy licencjackiej.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Systematyczne sporz dzenie pracy licencjackiej zgodnie ze współczesnymi zasadami metodologii naukowej			
Tre ci programowe			
Semestr: 5			
Forma zaj : seminarium dyplomowe			
Zapoznanie uczestników z kanonami sztuki pisania pracy promocyjnej oraz z zasadami j zyka, terminologii i metodologii naukowej.			
Semestr: 6			

Forma zajęć : **seminarium dyplomowe**

Bielska kontrola nad postępami prac uczestników. Przygotowanie do zakończenia pracy, jej kontrola antyplagiatowa i przystąpienie do końcowego egzaminu.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Sport do wyboru: fitness				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego	WF1_W08	wypowied ustna
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych	WF1_W11	wypowied ustna
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y	WF1_U06	wykonanie zadania
5	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku	WF1_U09	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce	WF1_U10	praca pisemna
7	wła ciwie wykorzystuje muzyk do zaj ruchowych, potrafi nauczy podstawowych kroków wybranych ta ców narodowych i towarzyskich	WF1_U14	wykonanie zadania
8	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie	WF1_U16	wykonanie zadania
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej	WF1_K01	samoocena
10	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów	WF1_K02	obserwacja zachowa
11	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się
<p>wiedza:</p> <p>ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena konspektu)</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowań (obserwacja zachowań indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p> <p>samoocena (ocena własnych umiejętności lub kompetencji dokonana przez studenta)</p>
Warunki zaliczenia
Zaliczenie z ocen semestr 5 na podstawie oceny umiejętności praktycznych
Treści programowe (opis skrócony)
Zapoznanie z podstawowymi pojęciami dotyczącymi muzyki, kroków podstawowych i rozszerzonych; doskonalenie poznanych układów choreograficznych w dance-aerobik i step-aerobik. Zastosowanie wicze Pilatesa jako gimnastyki leczniczej u osób z problemami zdrowotnymi dotyczącymi kręgosłupa. Wiczenia siłowe na siłowni. Tabata i obwody stacyjne. Nordic Walking.
Treści programowe
Semestr: 5
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne
- wprowadzenie do aerobiku, zarys historii aerobiku w Polsce i na świecie, podział kroków fitness, muzyka i jej rozliczenie, kroki podstawowe w dance-aerobiku i hi/low; rozgrzewka i Stretching, nauka prostych układów choreograficznych, łączenie kroków podstawowych, doskonalenie układów choreograficznych, tranzycja, wprowadzenie trudniejszych kroków na bazie kroków podstawowych, układy w różnych kierunkach, wiczenia siłowe na siłowni, kroki podstawowe w step-aerobiku, proste układy choreograficzne na stepie i doskonalenie układów choreograficznych na stepie, wiczenia kształujące sylwetkę – Pilates, Total Body Condition - wiczenia wzmacniające z przyborami: piłki, taśmy Thera Band, obwody stacyjne, tabata

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				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metodyk nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	praca pisemna
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umie tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dzuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
5	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
6	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
7	wła ciwie wykorzystuje muzyk do zaj ruchowych, potrafi nauczy podstawowych kroków wybranych ta ców narodowych i towarzyskich;	WF1_U14	wykonanie zadania
8	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
9	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	ocena aktywno ci
10	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
11	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się
<p>wiedza:</p> <p>ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>ocena pracy pisemnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);</p> <p>umiejętności:</p> <p>ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja zachowań (obserwacja zachowań indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)</p> <p>ocena aktywności (ocena aktywności na zajęciach)</p>
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.
Treści programowe
Semestr: 5
Forma zajęć : wiczenia specjalistyczne (sportowe)
<ol style="list-style-type: none"> 1. Doskonalenie podstawowych elementów techniki narciarstwa alpejskiego - 6h. 2. Doskonalenie skrętów z półpługu, pługu i podstawowych skrętów równoległych - 5h. 3. Doskonalenie skrętu równoległego NW - 5h. 4. Doskonalenie migu - 5h. 5. Jazda terenowa w różnych warunkach niegówiska - 5h. 6. Zaliczenie praktyczne - 3h. 7. Zaliczenie teoretyczne - 1h.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Sport do wyboru: unihokej				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i metody nauczania gry w unihokeja, zna przepisy oraz podstawy treningu tej dyscypliny;	WF1_W08	kolokwium
2	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium
3	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie gry w unihokeja;	WF1_U01	wykonanie zadania
4	prawidłowo s dziuje na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y w unihokeja;	WF1_U06	wykonanie zadania
5	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu gry w unihokeja i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
6	podejmuje i przekazuje podopiecznym oraz współpracownikom ide uczenia si przez całe ycie;	WF1_U16	wykonanie zadania
7	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
8	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
9	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)</p> <p>umiej tno ci: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)</p>
--

Warunki zaliczenia
Zaliczenie z ocen semestr 5, na podstawie obecności i aktywności na zajęciach, pisemnego sprawdzianu wiadomości i oceny umiejętności technicznych.
Treści programowe (opis skrócony)
Nabywanie umiejętności nauczania gry w unihokeja w szkole i sekcjach UKS i SKS. Podstawy techniki gry, metodyki nauczania, przepisów rozgrywania zawodów w unihokeja.
Treści programowe
Semestr: 5
Forma zajęć : wiczenia laboratoryjne
Technika gry. Gra w ataku: postawa, poruszanie się po boisku, podania i przyjęcia piłki, prowadzenie piłki, strzały, zwody. Gra w obronie: poruszanie w obronie, wygarnianie piłki, blokowanie strzałów, przechwytywanie podań, reagowanie na zwody przeciwnika. Taktyka gry: atak indywidualny, atak zespołowy, obrona indywidualna i zespołowa. Gra bramkarza. Sprawdzian umiejętności technicznych. Organizacja zajęć . Prowadzenie lekcji unihokeja z bramkarzem i bez bramkarza. Opracowanie konspektów lekcji dla poszczególnych etapów nauczania. Przepisy gry.

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				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	S	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	dysponuje podstawow wiedz na temat budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w kolejnych etapach ontogenezy, rozumie procesy zachodz ce w ciele zdrowego człowieka, zna w stopniu podstawowym fizjologi wysiłku fizycznego;	WF1_W05	wypowied ustna
2	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dluszej);

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

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest: obecno na zaj ciach zgodnie z Regulaminem Studiów, aktywny udział w zaj ciach, przygotowanie do zaj , przygotowanie i poprowadzenie wybranych technik wspinaczkowych. Szczegółowe kryteria oceny podaje prowadz cy na pierwszych zaj ciach.

Tre ci programowe (opis skrócony)

1. Zapoznanie ze sztucz nian 2. Podstawowe informacje o sprz cie 3. Zasady asekuracji 4. W zły i ich zastosowanie 5. Nauczanie techniki wspinania 6. Zasady uprawiania wspinaczki w Polsce, system szkolenia.

Tre ci programowe

Semestr: 5

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

Zasady bezpiecze stwa na zaj ciach wspinaczkowych. Regulamin korzystania z sali gimnastycznej, cianki wspinaczkowej. Zasady asekuracji: wła ciwe ubranie i zapi cie uprz y, przywi zanie do niej liny, asekuracja na w dk (obsługa kubka lub płytki); wła ciwa postawa asekuruj cego, asekuracja w trakcie boulderingu. Podstawowe techniki wspinania: wykorzystanie chwytów i stopni; ustawienia ciała: pozycja frontalna i boczna; wspinaczka statyczna i dynamiczna; poruszanie si w terenie przewieszonym. Współzawodnictwo sportowe, zawody z cyklu Pucharu wiata oraz Mistrzostw wiata, konkurencje i

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Statystyka matematyczna				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
	6	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	potrafi korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych;	WF1_U03	wykonanie zadania
2	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działa , obserwacji, bada i przemyle ;	WF1_U07	wykonanie zadania
3	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego)

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Zaliczenie z ocen semestr 5 i 6 na podstawie pozytywnej oceny 60% wicze przesyłanych z wykorzystaniem poczty internetowej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zastosowanie programu MS Excel do oblicze statystycznych. Zastosowanie podstawowych sposobów obliczania i diagnozowania w statystyce

Tre ci programowe

Semestr: 5

Forma zaj : **zaj cia z technologii informacyjnych**

Praktyczne obliczanie podstawowych charakterystyk dla prób jednej zmiennej przy u yciu funkcji Excela, tworzenie histogramu przy u yciu narz dzi wbudowanych w Excela, budowanie empirycznej dystrybuanty w oparciu o empiryczny rozkład cz stotliwo .

Semestr: 6

Forma zaj : **zaj cia z technologii informacyjnych**

obliczanie współczynników sko no ci i spłasz–czenia; obliczanie przedziałów ufno ci dla redniej i wariancji; praktyczne wiczenia w za–sto–sowaniu wybranych testów istot–no ci; zastosowanie wbudowanych w Excela narz dzi do obli–cze

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Strzelectwo				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2, 3	4	LO	30	Zaliczenie z ocen	2
2, 3	5	LO	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			45		3

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student ma wiedz na temat bezpiecznego posługiwania si broni paln krótk , dług , strzelb ;	WF1_W19, WF1_W17	wykonanie zadania, kolokwium
2	student potrafi zademonstrowa i opisa elementy maj ce wpływ na skuteczne oddanie strzału(pistolet, karababin, strzelba);	WF1_U01, WF1_U24	wykonanie zadania
3	student jest wiadomy konieczno ci edukowania młodego pokolenia z zakresu treningu strzeleckiego;	WF1_K09	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

- ocena kolokwium (sprawdzian pisemny)
- ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych bezpiecznego posługiwania si broni paln (krótk , dług , strzelb);)

umiej tno ci:

- ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych bezpiecznego posługiwania si broni paln (krótk , dług , strzelb);)

kompetencje społeczne:

- rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach;)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci bezpiecznego posługiwaniu si broni paln , sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej. Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, które zaliczyły sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria i metodyka nauczania bezpiecznego posługiwania si broni paln . Teoretyczne aspekty strzelectwa.

Tre ci programowe

Semestr: 4

Forma zaj : **wiczenia laboratoryjne**

- 1) Ogólne zasady bezpiecznego posługiwania si broni paln .
- 2). Zasady bezpiecze stwa na strzelnicy podczas szkole strzeleckich.
- 3). Zasady bezpiecznego u ytkowania broni palnej.

- 4). Teoria strzału
- 5). Procedura bezpiecze stwa - bro krótka
- 6). Elementy maj ce wpływ na skuteczne oddanie strzału - bro krótka(metodyka nauczania)
 - Prawidłowa postawa strzelecka – stoj ca/postawa gotowo ci
 - Prawidłowy chwyt broni
 - Prawidłowe zgrywanie przyrz dów celowniczych
 - Prawidłowe wyciskanie j zyka spustowego
 - Prawidłowy oddech w trakcie pracy na j zyku spustowym
 - Wytrzymanie po strzale
- 7). Sprawdzian praktycznych umiej tno ci bezpiecznego posługiwania si broni paln krótk .
- 8). Procedura bezpiecze stwa - bro długa
- 9). Elementy maj ce wpływ na skuteczne oddanie strzału - bro długa(metodyka nauczania)
 - Prawidłowa postawa strzelecka – stoj ca/postawa gotowo ci
 - Prawidłowy chwyt broni
 - Prawidłowe zgrywanie przyrz dów celowniczych
 - Prawidłowe wyciskanie j zyka spustowego
 - Prawidłowy oddech w trakcie pracy na j zyku spustowym
 - Wytrzymanie po strzale
- 11). Sprawdzian praktycznych umiej tno ci bezpiecznego posługiwania si broni paln dług .

Semestr: 5

Forma zaj : **wiczenia laboratoryjne**

- 1). Ustawa o broni i amunicji, rozporz dzenia, pozwolenia na bro .
- 2). Procedura bezpiecze stwa - strzelba
- 3). Elementy maj ce wpływ na skuteczne oddanie strzału - strzelba(metodyka nauczania)
 - Prawidłowa postawa strzelecka – stoj ca/postawa gotowo ci
 - Prawidłowy chwyt broni
 - Prawidłowe zgrywanie przyrz dów celowniczych
 - Prawidłowe wyciskanie j zyka spustowego
 - Prawidłowy oddech w trakcie pracy na j zyku spustowym
 - Wytrzymanie po strzale
- 4). Sprawdzian praktycznych umiej tno ci bezpiecznego posługiwania si broni paln – strzelb .

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Survival/terenoznawstwo i wspinaczka skałkowa				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	T	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student ma wiedz z zakresu udzielania pierwszej pomocy w terenie	1.1.11	kolokwium
2	student ma wiedz z zakresu wspinaczki w warunkach naturalnych, zaj survivalowo-bushcraftowych z elementami turystyki kwalifikowanej/je dzieckiej.	WF1_W08	kolokwium
3	student ma wiedz z zakresu zasad bezpiecze stwa na zaj ciach wspinaczkowych w warunkach naturalnych, zaj survivalowo-bushcraftowych z elementami turystyki kwalifikowanej/je dzieckiej.	WF1_W18, B.3.W03, WF1_W11	kolokwium
4	student zna techniki linowe oraz zasady asekuracji podczas wspinaczki w warunkach naturalnych	WF1_U01	wykonanie zadania
5	student potrafi udzieli pierwszej pomocy na zaj ciach terenowych	WF1_U13, 1.2.17	wykonanie zadania
6	student potrafi wykorzysta swoja wiedz z zakresu terenoznawstwa/survivalu-bushcraftingu w praktyce	WF1_U24	wykonanie zadania
7	student jest gotów do kształtowania umiej tno ci współpracy uczniów, grupowego rozwi zywania problemów - równie w sytuacji zagro enia bezpiecze stwa	D.1/E.1.K05, WF1_K06, WF1_K10	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

<p>wiedza:</p> <p>ocena kolokwium (sprawdzian pisemny)</p> <p>umiej tno ci:</p> <p>ocena wykonania zadania (Sprawdziany praktyczne: wspinaczka w warunkach naturalnych, terenoznawstwo survivalowo - bushcraftowe z elementami turystyki kwalifikowanej/je dzieckiej.)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)</p>

Warunki zaliczenia

Sprawdziany praktyczne: wspinaczka w warunkach naturalnych, terenoznawstwo survivalowo - bushcraftowe z elementami turystyki kwalifikowanej/je dzieckiej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoretyczno-praktyczne elementy wspinaczki w warunkach naturalnych, turystyki kwalifikowanej/je dzieckiej, terenoznawstwa w formie zaj survivalowo-bushcraftowych.

Treści programowe
Semestr: 6
Forma zajęć : wiczenia specjalistyczne (terenowe)
Wspinaczka w warunkach naturalnych <ol style="list-style-type: none">1. Zasady bezpieczeństwa na zajęciach wspinaczkowych w warunkach naturalnych.2. Zasady asekuracji: właściwe ubranie i zapicie, przywiązanie do niej liny, asekuracja w czasie zjazdu (obsługa przyrządów zjazdowych i zaciskowych); właściwa postawa w zjeździe na linie oraz asekuracja w trakcie podchodzenia i zjazdu linowego.3. Podstawowe techniki linowe: wykorzystanie sprzętu znajdującego się na rynku dedykowanego dla robót wysokościowych technikami alpinistycznymi. Terenoznawstwo z elementami turystyki kwalifikowanej/jeździeckiej <ol style="list-style-type: none">1. Sposoby udzielania pierwszej pomocy w terenie2. Zasady i wskazówki w budowie schronienia -nocne bytowanie w terenie.3. Nabycie umiejętności pozyskiwania wody.4. Zasady rozniecania ognia.5. Sposoby znajdowania i przygotowywania pożywienia.6. Praktyczne wykorzystanie urządzeń nawigacyjnych- busola, kompas, mapa, gps. -zasady orientowania się i przemieszczania w terenie - elementy turystyki kwalifikowanej/jeździeckiej -zasady wykonywania marszu według azymutów7. Podstawowe zagadnienia meteorologiczne.8. Umiejętność rozpoznawania gatunków dzikich roślin i zwierząt.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Szkolenie BHP				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	W	4	Zaliczenie	0
Razem			4		0

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie zasady bezpiecze stwa i higieny pracy w instytucjach edukacyjnych, wychowawczych i opieku czych oraz odpowiedzialno ci prawnej nauczyciela w tym zakresie, a tak e zasady udzielania pierwszej pomocy;	1.1.11	wykonanie zadania
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena wykonania zadania (obecno w trakcie szkolenia)			
Warunki zaliczenia			
Obecno na zaj ciach. W przypadku nieobecno ci usprawiedliwionej student uczestniczy w szkoleniu w innym terminie (ustalonym z prowadz cym zaj cia).			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Zapoznanie z podstawowymi poj ciami, przepisami i zasadami dotycz cymi zdarze wypadkowych, ochrony przeciwpo arowej, organizacji i ergonomii stanowisk nauki oraz wyst puj cych czynników uci liwych, szkodliwych i niebezpiecznych.			
Tre ci programowe			
Semestr: 1			
Forma zaj : wykład			
Przepisy reguluj ce organizacj i bezpiecze stwo pracy i nauki na terenie PWSZ			
1. USTAWA Prawo o szkolnictwie wy szym, w zakresie:			
1) ustroju i organizacji uczelni,			
2) organów kolegialnych i jednoosobowych uczelni i ich kompetencji,			
3) praw, obowi zków i odpowiedzialno ci dyscyplinarnej studentów,			
4) utrzymania porz dku i bezpiecze stwa na terenie uczelni.			
2. Statut i Regulamin Studiów w Pa stwowej Wy szej Szkole Zawodowej w Tarnowie, w zakresie:			
1) praw i obowi zków studenta,			
2) bezpiecze stwa podczas zaj organizowanych na /poza terenem Uczelni,			
3) bezpiecze stwa podczas przebywania na terenie Uczelni.			
3. Rozporz dzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wy szego w sprawie bezpiecze stwa i higieny pracy w uczelniach, w zakresie:			
1) ogólnych przepisów dotycz cych bezpiecze stwa na terenie uczelni,			
2) bezpiecze stwa pracy i nauki w laboratoriach i pracowniach specjalistycznych,			

- 3) bezpieczeństwo w domach studenckich,
 - 4) bezpieczeństwo na terenie uczelni.
 4. Instrukcja postępowania w sprawie ustalania okoliczności i przyczyn wypadków studentów w Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej w Tarnowie, w zakresie:
 - 1) zdefiniowania wypadku studenta,
 - 2) trybu zgłaszania wypadku i ustalania okoliczności zdarzenia wypadkowego,
 - 3) sporządzenia dokumentacji powypadkowej, w tym „protokołu ustalenia okoliczności i przyczyn wypadku studenta”,
 5. Zakres zaopatrzenia studentów z tytułu ubezpieczenia NW.
- Ustawa o zaopatrzeniu z tytułu wypadków lub chorób zawodowych powstałych w szczególnych okolicznościach, w zakresie:
- 1) określenia okoliczności wypadku uzasadniającego przyznanie świadczeń z tytułu wypadku w szczególnych okolicznościach,
 - 2) świadczenia z tytułu wypadku w szczególnych okolicznościach, grupa uczniów i studentów.
6. Zarządzenia w sprawie regulaminów porządkowych w pracowniach i laboratoriach.
 7. Zasady postępowania w zakresie ograniczenia zakażeniem COVID-19 na terenie Uczelni.

Profilaktyka i ochrona porażenia na terenie PWSZ

1. Ustawa o ochronie przeciwporażeniowej oraz aktów wykonawczych, w zakresie:
 - 1) ogólnych zasad bezpieczeństwa porażeniowego,
 - 2) charakterystycznych przyczyn porażenia,
 - 3) profilaktyki porażeniowej.
2. Ochrona przeciwporażeniowa oraz zasady postępowania w przypadku porażenia lub innego zagrożenia na terenie uczelni według zasad określonych w instrukcjach bezpieczeństwa porażeniowego, w zakresie:
 - 1) identyfikacji zagrożeni porażeniowych występujących na terenie Uczelni,
 - 2) rozmieszczenia i użytkowania podręcznego sprzętu gaśniczego,
 - 3) dróg i kierunków ewakuacji, zasad przemieszczania się podczas ewakuacji,
 - 4) rozmieszczenia na terenie Uczelni miejsc zbiórki podczas ewakuacji,
 - 5) zasad i sposobów komunikowania o ewakuacji na terenie PWSZ,
 - 6) dróg porażeniowych na terenie Uczelni.
 - 7) Udzielanie pomocy osobom niepełnosprawnym podczas ewakuacji.

Organizacja punktów pierwszej pomocy i zasad udzielania pomocy przedlekarskiej

1. Zasady udzielania pomocy przedlekarskiej, w przypadkach:
 - 1) zasłabnięcia i utraty przytomności,
 - 2) złamania kości,
 - 3) zranienia, w tym krwotoku,
 - 4) zatrucia,
 - 5) oparzenia.
2. Wyposażenie apteczki pierwszej pomocy.
 - 1) lokalizacja punktów p-pomocy na terenie Uczelni,
 - 2) wyposażenie apteczek i toreb sanitarnych,
 - 3) Zasady wzywania pomocy medycznej na teren Uczelni.

Czynniki szkodliwe, niebezpieczne i uciążliwe dla zdrowia

- 1) Definiowanie czynników uciążliwych, szkodliwych, niebezpiecznych.
- 2) Grupy czynników: fizyczne, biologiczne, chemiczne, psychologiczne.
- 3) Obliczanie ryzyka zawodowego, w tym zagrożenia czynnikami biologicznymi.

Identyfikacja czynników i szacowanie ryzyka na stanowiskach dydaktycznych [pracy]

Identyfikacja czynników szkodliwych niebezpiecznych i uciążliwych dla zdrowia występujących w procesie dydaktycznym:

- 1) w pracowniach i laboratoriach,
- 2) podczas zajęć wychowania fizycznego,
- 3) związanych z pracą na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe,

- 4) podczas odbywania praktyk zawodowych,
- 5) szacowanie ryzyka.

MODUŁ ROZSZERZAJĄCY DLA KIERUNKU WYCHOWANIE FIZYCZNE

1. Organizacja zajęć w obiektach sportowych w różnych dyscyplinach.
2. Rodziki ochrony zbiorowej i indywidualnej.
3. Identyfikacja procesów pracy.

/akty prawne dotyczące:

- a) zasad bezpieczeństwa w różnych dyscyplinach sportowych,
- b) określenia warunków bezpieczeństwa osób przebywających w górach, pływających, kajakowych i uprawiających sporty wodne.
- c) Podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas obozu zimowego, letniego i w wodnym.

Identyfikacja czynników szkodliwych, niebezpiecznych i uciążliwych dla zdrowia występujących w procesie dydaktycznym oraz zasady zabezpieczania się przed nimi. Zasady stosowania środków ochrony indywidualnej.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Szkolenie biblioteczne				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	W	3	Zaliczenie	0
Razem			3		0

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	ma wiedz na temat zasad korzystania z biblioteki uczelnianej, zna jej regulamin i przepisy wewn trzne;	WF1_W10	praca pisemna
2	rozumie kontekst dylematów współczesnej cywilizacji w odniesieniu do korzystania z wiarygodnych ródeł informacji naukowej;	WF1_W10	praca pisemna
3	dysponuje umiej tno ciami korzystania z zasobów katalogu biblioteki i baz danych, wła ciwie doбира ródeła informacji;	WF1_U03	praca pisemna
4	potrafi komunikowa si i poszukiwa informacji naukowej u ywaj c specjalistycznej terminologii bibliotekarskiej;	WF1_U03	praca pisemna
5	samodzielnie planuje i realizuje działania podnosz ce poziom własnej wiedzy naukowej i ukierunkowuje tak e innych w tym zakresie;	WF1_U03	praca pisemna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza: ocena pracy pisemnej (test online)
umiej tno ci: ocena pracy pisemnej (test online)

Warunki zaliczenia Forma zaliczenia: zaliczenie. Warunki zaliczenia: Pozytywny wynik zaliczenia testu on-line.

Tre ci programowe (opis skrócony) Przedstawienie studentom struktury i zasad funkcjonowania biblioteki uczelnianej. Zapoznanie z regułami korzystania z biblioteki oraz katalogu bibliotecznego

Tre ci programowe Semestr: 1
--

Forma zaj : wykład Tre ci wst pne i ogólne: struktura biblioteki, charakterystyka ksi gozbioru, polityka gromadzenia. Prezentacja poszczególnych agend bibliotecznych:
--

Wypo yczalnia:

prezentacja najważniejszych punktów regulaminu dotyczących możliwości korzystania z usług wypożyczalni, zapisy do wypożyczalni, aktualizacja konta czytelnika.

Wypożyczalnia Międzybiblioteczna:

zasady korzystania z wypożyczalni międzybibliotecznej. Wyszczególnienie osób uprawnionych do korzystania z tej agendy.

Czytelnia Komputerowa:

zasady korzystania ze stanowisk komputerowych. Możliwość korzystania ze zbiorów medialnych należących do biblioteki.

Czytelnia Czasopism:

zasady korzystania.

Czytelnia Główna:

Prezentacja regulaminu czytelnicy głównej, podział księgozbioru według kierunków kształcenia i charakterystyka księgozbioru podręcznego.

Obsługa systemu bibliotecznego, opcje wyszukiwania, podgląd konta czytelnika, mówienie poszczególnych komunikatów, oznaczenie opisu katalogowego, analiza oznaczeń z uwzględnieniem dostępnosci poszczególnych zbiorów.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Technologia informacyjna				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	2	ZTI	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	potrafi adekwatnie dobiera , tworzy i dostosowywa do zró nicowanych potrzeb uczniów materiały i rodki, w tym z zakresu technologii informacyjno-komunikacyjnej, oraz metody pracy w celu samodzielnego projektowania i efektywnego realizowania działań pedagogicznych, dydaktycznych, wychowawczych i opieku czych;	1.2.02	ocena aktywno ci
2	potrafi korzysta z nowoczesnych technik informacyjnych w celu pozyskiwania, gromadzenie i analizowania danych;	WF1_U03	wykonanie zadania
3	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemysle ;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	jest gotów do kształtowania nawyku systematycznego uczenia si i korzystania z ró nych ródeł wiedzy, w tym z Internetu;	D.1/E.1.K08	obserwacja zachowa
5	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
umiej tno ci:			
ocena aktywno ci (ocena aktywno ci na zaj ciach)			
ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na wiczeniach)			
kompetencje społeczne:			
obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Zaliczenie z ocen wystawione na podstawie pozytywnego zaliczenia zada oraz aktywno ci na zaj ciach (zał czniki poczty e-mail). Ocena ko cowa jest redni wa on ocen cz stkowych uzyskanych z w/w zada . Zaliczanie zaj jest oceniane zgodnie ze skal ocen okre lon w §19 oraz wytycznymi zawartymi w §21 oraz §22 Regulaminu Studiów PWSZ.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Kurs obejmuje programowo przeagl d podstawowych zagadnie z zakresu technologii informacyjnych (IT). W skład kursu wchodz : podstawy technik informatycznych, przetwarzanie tekstów oraz arkusze kalkulacyjne.			
Tre ci programowe			
Semestr: 2			
Forma zaj : zaj cia z technologii informacyjnych			

1. Opanowanie umiejętności przetwarzania tekstów z wykorzystaniem edytora tekstu (Microsoft Word/Open Office Writer):

? Podstawowe elementy edytora tekstu Ms Word/OO Writer (okna dialogowe, przyciski nawigacyjne, pola przewijania, menu kontekstowe).

? Projektowanie i elementarne formatowanie dokumentu (otwieranie i przeglądanie dokumentu, tworzenie dokumentu, formatowanie dokumentu).

? Projektowanie i zaawansowane formatowanie dokumentu (tabulatory, wcięcie akapitu i wyrównywanie tekstowe, symbole, znaki specjalne i znaczniki formatowania, inicjały, pola dynamiczne, nagłówki i stopki, wyczenia i numerowania, przypisy).

? Automatyzacja powtarzalnych czynności edytorskich (style, sekcje).

? Tabele i popularne elementy typograficzne (tabele, ramki, kolumny).

? Spisy i indeksy, korespondencja seryjna.

2. Zapoznanie się z arkuszem kalkulacyjnym (Microsoft Excel/Open Office Calc):

? Podstawowe elementy arkusza kalkulacyjnego:

- wprowadzanie danych;
- formuły;
- adresy relatywne, absolutne i mieszane komórek;
- wykresy.

? Zaawansowane elementy arkusza kalkulacyjnego:

- funkcje logiczne i matematyczne;
- nazwy zakresów;
- sortowanie danych;
- filtrowanie danych;
- sumy częściowe, tabele przestawne.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Teoria sportu				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6		30	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	2
Razem			45		3

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie 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 wiadzenia i konkursy oraz zagadnienia zwi zane z prac domow ;	D.1/E.1.W07	kolokwium
2	zna istotne poj cia z zakresu sportu, posiada podstawow wiedz na temat miejsca sportu w historii, i w systemie nauk oraz jej zwi zków z naukami pokrewnymi, zna wychowawcze i społeczno-kulturowe warto sportu;	WF1_W01	kolokwium
3	ma zaawansowan wiedz obejmuj c terminologi , teori i zasady nauczania, ró nych dyscyplin sportowych, zna przepisy, maj cych powszechne zastosowanie w o wiacie dyscyplin sportu oraz podstawy treningu sportowego;	WF1_W08	kolokwium
4	wła ciwie interpretuje dane liczbowe b d ce wynikami oceny sprawno ci fizycznej lub efektów treningu sportowego;	WF1_U04	wykonanie zadania
5	prawidłowo identyfikuje potencjał motoryczny, komunikuje si z osobami w młodym wieku w celu nauczania, doskonalenia i korygowania bł dów podstawowych sekwencji ruchowych;	WF1_U05	wykonanie zadania
6	skutecznie prezentuje ustnie wyniki swoich działań , obserwacji, bada i przemy le dotycz cych szkolenia sportowego;	WF1_U07	wykonanie zadania
7	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w młodym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
8	profesjonalnie przygotowuje konspekt treningowy lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
9	jest gotów do zach cania uczniów do podejmowania prób badawczych oraz systematycznej aktywno ci fizycznej;	D.1/E.1.K03	obserwacja zachowa
10	jest gotów do stymulowania uczniów do uczenia si przez całe ycie przez samodzielne prac .	D.1/E.1.K09	obserwacja zachowa

11	wła ciwie ocenia swój wiedzę i kompetencje; wie, kiedy zasięgnąć opinii specjalisty lub osoby bardziej doświadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia się			
wiedza: ocena kolokwium (ocena kolokwium)			
umiejętności: ocena wykonania zadania (ocena wykonania zadania indywidualnego lub zespołowego na ćwiczeniach)			
kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod kątem kompetencji społecznych)			
Warunki zaliczenia			
Zaliczenie na pozytywną ocenę pisemnych kolokwium, egzamin pisemny. Dwa kolokwia sprawdzające, frekwencja, aktywność na zajęciach. Każda nieobecność niesprawiedliwie obniża ocenę o 0,5 stopnia. Przygotowanie prac pisemnych (przykładowe dzienniczki zajęć, przykładowe plany treningowe)			
Treści programowe (opis skrócony)			
Przygotowanie studenta do pracy z młodzieżą na poziomie wstępnego szkolenia sportowego. Program obejmuje planowanie i kontrolowanie treningu, dobór obciążeń, rozwijanie poszczególnych uzdolnień motorycznych oraz nauczanie techniki i taktyki walki sportowej			
Treści programowe			
Semestr: 6			
Forma zajęć : wykład			
Taktyka i przygotowanie taktyczne. Specyfika sportu kobiet. Specyfika szkolenia sportowego dzieci i młodzieży w kolejnych okresach rozwoju. Współzawodnictwo sportowe. Metody i sposoby kontroli pracy treningowej. Psychicznie przygotowanie zawodników. Wywianie sportowców. Rola trenera w procesie treningowym i wychowawczym.			
Forma zajęć : wiczenia audytoryjne			
System szkolenia sportowego i jego struktura czasowa. Selekcja sportowa. Czynniki warunkujące wyniki sportowe. Zasady treningu sportowego. Planowanie treningu. Siła mięśniowa, szybkość i wytrzymałość jako zdolności motoryczne oraz metodyka ich kształtowania. Model współzawodnictwa i zdolności motorycznych. Koordynacja ruchowa. Technika sportowa oraz metody jej nauczania, oceny i rejestracji. Gibkość, skoczność. Obciążenia treningowe i startowe oraz metody ich pomiaru. Metodyka nauczania i stosowania w sporcie taktyki walki sportowej			

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Teoria wychowania fizycznego				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5		15	Zaliczenie z ocen	1
		W	15	Egzamin	1
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	zna i rozumie klasyczne i współczesne teorie rozwoju człowieka, wychowania, uczenia si i nauczania lub kształcenia oraz ich warto ci aplikacyjne;	1.1.02	kolokwium
2	zna podstawowe teorie dotycz ce wychowania, nauczania i uczenia si ;	WF1_W06	kolokwium
3	w formie ustnej, skutecznie prezentuje wyniki swoich dział , obserwacji, bada i przemy le w zakresie teorii wychowania fizycznego;	WF1_U07	wykonanie zadania
4	posiada umiej tno ci pedagogiczne zwi zane z prowadzeniem procesu nauczania wychowania fizycznego;	WF1_U12	wykonanie zadania
5	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
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 semestr 1, zaliczenie z ocen semestr 5, egzamin ustny semestr 5			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Teoria wychowania fizycznego, jej rola i miejsce w strukturze nauk przyrodniczych i społecznych, formy uczestnictwa w niej na tle motywów. Teleologiczne, pedeologiczne, prakseologiczne i aksjologiczne podstawy procesu edukacji fizycznej, jego struktura, kompetencyjna rola nauczyciela jako organizatora tego procesu.			

Tre ci programowe
Semestr: 5
Forma zaj : wykład
Teoria wychowania fizycznego, jej przedmiot tre i funkcje. Kultura fizyczna i jej rozumienie. Rodowód i znaczenie aktywno ci człowieka w kulturze fizycznej w wietle jej kryteriów. Warto ci ciała jako motyw aktywno ci fizycznej. Funkcja stymulacyjna aktywno ci fizycznej w ontogenezie. Funkcja adaptacyjna aktywno ci fizycznej. Funkcja kompensacyjno – korekcyjna aktywno ci fizycznej. Formy uczestnictwa w kulturze fizycznej. Rekreacja jako forma uczestnictwa w kulturze fizycznej. Sport jako forma uczestnictwa w kulturze fizycznej.
Forma zaj : wiczenia audytoryjne
Wpływ ruchu na organizm, motoryczno ludzka i jej aspekty. Nauczanie ruchu. Narz dzia pomiaru oceniaj ce rezultaty fizycznego kształcenia i fizycznego wychowania. Mechanizmy kształtowania postaw wobec ciała. Socjalizacja jako forma wspieraj ca edukacje fizyczn . Edukacja fizyczna w Polsce na tle europejskim – globalizacja. Osobowo nauczyciela wychowania fizycznego, dobór do zawodu, kształcenie, kompetencje. Dylematy współczesnej edukacji fizycznej. Edukacja fizyczna jako mi dzypokoleniowy przekaz wzorów warto ci i wzorów zachowa dotycz cych ciała. Empiryczne przesłanki procesu fizycznego kształcenia i wychowania. Istota procesu fizycznego kształcenia. Istota procesu fizycznego wychowania. Mo liwo ci zmian postaw w procesie fizycznego wychowania. Czynniki, warunki i rodki w wychowaniu fizycznym. Metody oddziaływa wychowawczych zale ne od zewn trz- i wewn trz pochodnych atrybutów nauczyciela. Pedeutologia jako nauka o nauczycielu. Nowoczesno w wychowaniu fizycznym. Rola zabawy w procesie fizycznej edukacji.

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Trening funkcjonalny				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	4	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna zagadnienia zwi zane z teori treningu funkcjonalnego;	WF1_W15	kolokwium
2	student potrafi zademonstrowa wiczenia z zakresu treningu funkcjonalnego;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	student potrafi dobrać odpowiednie wiczenia z zakresu treningu funkcjonalnego dostosowane do mo liwosci w zale no ci od jednostki treningowej;	WF1_U09	wykonanie zadania
4	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie treningu funkcjonalnego;	WF1_K01	rozmowa nieformalna

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (sprawdzian pisemny)

umiej tno ci:

ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu funkcjonalnego)

kompetencje społeczne:

rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)

Warunki zaliczenia

Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu funkcjonalnego kształtowania siły. Sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej. Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, które zaliczyły sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Teoria i metodyka nauczania wybranych elementów funkcjonalnego kształtowania siły. Teoretyczne aspekty przygotowania motorycznego w uj ciu funkcjonalnym.

Tre ci programowe

Semestr: 4

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Funkcjonalne kształtowanie siły

1. Wytyczne do treningu oporowego
2. Programowanie treningu oporowego

- Analiza potrzeb
 - Dobór wicze
 - Cz stotliwo treningu
 - Kolejno wicze
 - Obci enie treningowe
 - Obj to treningu
 - Czas przerw wypoczynkowych
3. Trening siłowy młodych sportowców
4. Atlas wicze dla kształtowania siły
- Siła ko czyn górnych
 - Siła ko czyn dolnych
 - Siła i stabilizacja tułowia

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Trening mocy i szybko ci				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	student zna zagadnienia zwi zane z teori treningu mocy i szybko ci;	WF1_W15	kolokwium
2	student potrafi zademonstrowa wiczenia z zakresu mocy, szybko ci i zwinno ci;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	student potrafi dokona oceny szybko ci i zwinno ci;	WF1_U04	wykonanie zadania
4	student potrafi dobiera odpowiednie wiczenia z zakresu mocy i szybko ci dostosowane do mo liwo ci w zale no ci od jednostki treningowej;	WF1_U09	wykonanie zadania
5	w razie potrzeby student jest gotów do zasi gania opinii od osoby bardziej do wiadczonej w zakresie treningu motorycznego;	WF1_K01	rozmowa nieformalna
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
<p>wiedza: ocena kolokwium (sprawdzian pisemny)</p> <p>umiej tno ci: ocena wykonania zadania (zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu siły eksplozywnej, mocy i szybko ci)</p> <p>kompetencje społeczne: rozmowa nieformalna na zaj ciach (ocena rozmów nieformalnych na zaj ciach)</p>			
Warunki zaliczenia			
<p>Zaliczenie praktyczne umiej tno ci technicznych poszczególnych elementów z zakresu treningu siły eksplozywnej, mocy i szybko ci. Sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej. Ocen z przedmiotu stanowi 100% oceny z zaliczenia praktycznego. Do zaliczenia praktycznego zostaj dopuszczone osoby, które zaliczyły sprawdzian wiadomo ci w formie pisemnej.</p>			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Teoria i metodyka nauczania wybranych elementów z zakresu treningu siły eksplozywnej, mocy i szybko ci. Teoretyczne aspekty przygotowania motorycznego w uj ciu funkcjonalnym.			
Tre ci programowe			
Semestr: 3			
Forma zaj : wiczenia praktyczne			

Teoria

1. Znaczenie mocy w treningu sportowym
2. Metody treningu
3. Sposoby oceny zdolności eksplozywnych
4. Fundamenty szybkości i zwinności w sporcie
5. Sposoby oceny szybkości i zwinności

wiczenia praktyczne

Atlas wicze dla kształtowania mocy

- wiczenia balistyczne
- wiczenia olimpijskiego podnoszenia ciężarów i pokrewne
- wiczenia plyometryczne

Atlas wicze dla kształtowania szybkości i zwinności

- wiczenia plyometryczne
- Sled/Harness drills

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Trening wydolno ci				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

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 podstawow wiedz dziaalnoci sportowej i aktywnoci fizycznej	WF1_W15, WF1_W16	kolokwium, wykonanie zadania
2	ma podstawow wiedz z zakresu planowania i prowadzenia treningu wydolno ci czlowieka	WF1_U04, WF1_U10, WF1_U20, WF1_U21	obserwacja wykonania zadania, kolokwium, wykonanie zadania
3	posiada kompetencje mi kkie niezbdne do prowadzenia treningu wydolno ci czlowieka	1.3.01, WF1_K01, WF1_K02, WF1_K04, WF1_U04	obserwacja wykonania zadania

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium (test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi).

Procedura przyznawania oceny:

0-50% prawidłowych odpowiedzi - ocena niedostateczna

51-60% prawidłowych odpowiedzi - ocena dostateczna

61-70% prawidłowych odpowiedzi - ocena dostateczna plus

71-80% prawidłowych odpowiedzi - ocena dobra

81-90% prawidłowych odpowiedzi - ocena dobra plus

91-100% prawidłowych odpowiedzi - ocena bardzo dobra)

ocena wykonania zadania (Przygotowanie konspektu zaj treningowych na zadany temat.

Ocena zgodnie ci pracy w zakresie:

1. realizacji celu zaj

2. doboru metod treningowych

3. doboru składowych planowanego obci enia na treningu

4. w zakresie opisu organizacji przygotowanych zaj (przybory, przyrz dy, sprz t, miejsce itp)

Procedura oceny:

zaliczenie pod warunkiem wypełnienia 3 z 4 powy szych punktów.)

umiej tno ci:

ocena kolokwium (ocena kolokwium (test z pytaniami otwartymi, test wielokrotnych odpowiedzi).

Procedura przyznawania oceny:

0-50% prawidłowych odpowiedzi - ocena niedostateczna

51-60% prawidłowych odpowiedzi - ocena dostateczna

61-70% prawidłowych odpowiedzi - ocena dostateczna plus

71-80% prawidłowych odpowiedzi - ocena dobra

81-90% prawidłowych odpowiedzi - ocena dobra plus

91-100% prawidłowych odpowiedzi - ocena bardzo dobra)

obserwacja wykonania zadania (Obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wla ciwych dla danego zadania zawodowego wynikaj cych z roli.

Prowadzenie zaj treningowych, kontrola czasu oraz intensywnoci wykonania wicze .)

ocena wykonania zadania (Przygotowanie konspektu zaj treningowych na zadany temat.

Ocena zgodnie ci pracy w zakresie:

1. realizacji celu zaj

<p>2. doboru metod treningowych</p> <p>3. doboru składowych planowanego obciążenia na treningu</p> <p>4. w zakresie opisu organizacji przygotowanych zajęć (przybory, przyrządy, sprzęt, miejsce itp)</p> <p>Procedura oceny: zaliczenie pod warunkiem wypełnienia 3 z 4 powyższych punktów.)</p> <p>kompetencje społeczne:</p> <p>obserwacja wykonania zadania (Obserwacja bezpośrednia studenta w czasie wykonywania działań właściwych dla danego zadania zawodowego wynikających z ról.</p> <p>Prowadzenie zajęć treningowych, kontrola czasu oraz intensywności wykonania ćwiczeń.)</p>
<p>Warunki zaliczenia</p> <p>Warunkiem uzyskania zaliczenia przedmiotu są :</p> <p>1. pozytywna ocena z kolokwium (K)</p> <p>2. pozytywna ocena z konspektu zajęć (KZ)</p> <p>3. pozytywna ocena z prowadzenia zajęć (PZ)</p> <p>4. obecności na zajęciach (dopuszczalna jest jedna nieobecność nieusprawiedliwiona)</p>
<p>Treści programowe (opis skrócony)</p> <p>1. Wydolność fizyczna człowieka. Wydolność w wysiłkach krótkotrwałych (wydolność beztlenowa). Wydolność w wysiłkach długotrwałych (wydolność tlenowa).</p> <p>2. Ocena wydolności tlenowej i beztlenowej.</p> <p>3. Bioenergetyka ruchu. Zasady treningowe.</p> <p>4. Trening wydolności tlenowej. Trening wydolności beztlenowej. Metody rozwijania wydolności (wytrzymałości) człowieka.</p> <p>5. Wysiłek fizyczny i trening kobiet. Wysiłek fizyczny i trening wydolności u osób w różnym wieku.</p> <p>6. Wykorzystanie wyników oceny wydolności tlenowej i beztlenowej w planowaniu treningu wydolności.</p> <p>7. Programowanie jednostek treningowych kształtujących wydolność człowieka z uwzględnieniem uwarunkowań osobniczych.</p>
<p>Treści programowe</p> <p>Semestr: 3</p>
<p>Forma zajęć : wiczenia praktyczne</p> <p>Znaczenie wydolności w poszczególnych dyscyplinach sportu. Wydolność tlenowa i wydolność beztlenowa i sposoby ich rozwijania. Moc i siła i ich znaczenie w sportach o charakterze innym niż siłowym. Zastosowanie treningu siły i mocy w zespołowych grach sportowych.</p>

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Wellness i masa				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	5	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Student posiada wiadomo ci dotycz ce rodków odnowy biologicznej (głównie hydroterapii i innych zabiegów wspomag j cych masa , podstawy teoretyczne masa u sportowego, i pourazowego (izometrycznego, centryfugalnego).	1.1.03, 1.1.07, 1.1.10	kolokwium
2	Potrafi wykona masa sportowy w ró nych okresach treningowych, oraz zastosowa elementy terapii manualnej w wybranych jednostkach chorobowych. Posiada umiej tno mobilizacji biernych i czynnych na wybranych mi niach i stawach.	1.2.01, 1.2.04, 1.2.07, 1.2.08, 1.2.10	obserwacja wykonania zada
3	Jest gotów do zapewniania wsparcia i pomocy osobom w niewła ciw postaw ciała,	B.2.K01	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (Test - pytania otwarte i zamkni te, kolokwium z pytaniami problemowymi)

umiej tno ci:

obserwacja wykonania zada (obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania działa wla ciwych dla danego zadania zawodowego wynikaj cych z ról, np. czynno ci fizjoterapeutyczne; masa , terapia manualna i metody terapeutyczne.)

kompetencje społeczne:

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

Warunki zaliczenia

Sprawdziany teoretyczne pod koniec semestru. Udział w zaj ciach i ocena aktywno ci studenta. Ocena ko cowa jest redni ocen z pisemnych kolokwiów cz stkowych oraz zalicze praktycznych z zakresu wybranych masa y i elementów terapii manualnej maj cych zastosowanie w procesie odnowy biologicznej.

Tre ci programowe (opis skrócony)

Zapoznanie studentów z podstawowymi poj ciami odnowy biologicznej, zabiegami fizykoterapeutycznymi oraz masa ami pourazowymi. Doskonalenie masa u klasycznego, leczniczego oraz elementów terapii manualnej. Zastosowanie masa u w wybranych jednostkach chorobowych, umiej tno mobilizacji biernych i czynnych oraz metod medycyny niekonwencjonalnej (akupresura, refleksoterapia i innych metod działaj cych na punkty spustowe.

Tre ci programowe

Semestr: 5

Forma zaj : **wiczenia praktyczne**

Tematyka wicze obejmuje:

1.praktyczne umiej tno ci z zakresu masa u leczniczego i pourazowego

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Wprowadzenie na rynek pracy				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	W	4	Zaliczenie	0
Razem			4		0

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	Zna metody poszukiwania pracy oraz poruszania si w przestrzeni instytucji po rednictwa pracy,	B.1.W05	ocena aktywno ci
2	Zna zasady kreowania dokumentów aplikacyjnych	B.1.W05	ocena aktywno ci
3	Rozumie konieczno uczenia si przez całe ycie oraz pracowania nad własnym rozwojem	B.1.W05	ocena aktywno ci
4	Zna definicje terminów kompetencje (twarde vs. mi kkie), kwalifikacje, mobilno (fizyczna i psychologiczna)	B.1.W05	ocena aktywno ci
5	Rozwija umiej tno ci aktywnego poszukiwania pracy (metody poszukiwania, curriculum vitae, list motywacyjny, rozmowa kwalifikacyjna, autoprezentacja);	B.1.U03	ocena aktywno ci
6	Potrafi nazwa i opisa swoje kompetencje w zakresie kompetencji kluczowych oraz zawodowych;	B.1.U03	ocena aktywno ci
7	Potrafi przygotowa poprawne dokumenty aplikacyjne, a tak e potrafi komunikowa si skutecznie.	B.1.U03	ocena aktywno ci
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)			
Warunki zaliczenia			
Warunkiem zaliczenia jest obecno na zaj ciach			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
1.Podsumowanie i ocena zdobytych podczas studiów kompetencji (z uwzgl dnieniem kompetencji twardej, mi kkich, a tak e kluczowych). 2. Metody poszukiwania pracy (z okre leniem skuteczno ci poszczególnych metod). Analiza rozwi za adresowanych do młodych proponowane w projekcie nowelizacji ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy. Kompetencje Powiatowych Urz dów Pracy i ich oferta. Proces budowania własnej marki w kontek cie przygotowywania si do wzi cia udziału w procesie rekrutacyjnym. 3. ró dła sukcesu w yciu zawodowym - wypracowanie wspólnego stanowiska na bazie popularnych obecnie trendów pracy nad własnym rozwojem.			

Treści programowe
Semestr: 6
Forma zajęć : wykład
1. Podsumowanie i ocena zdobytych podczas studiów kompetencji (z uwzględnieniem kompetencji twardych, miękkich, a także kluczowych). 2. Metody poszukiwania pracy (z określeniem skuteczności poszczególnych metod). Analiza rozwiązań adresowanych do młodych proponowane w projekcie nowelizacji ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy. Kompetencje Powiatowych Urzędów Pracy i ich oferta. Proces budowania własnej marki w kontekście przygotowywania się do wzięcia udziału w procesie rekrutacyjnym. 3. Źródła sukcesu w życiu zawodowym – wypracowanie wspólnego stanowiska na bazie popularnych obecnie trendów pracy nad własnym rozwojem

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Wspinaczka				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
3	6	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

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 uporządkowaną wiedzę, obejmującą terminologię, teorie i metodykę wspinaczki sportowej, zna przepisy, oraz podstawy treningu sportowego i praktyczne zastosowanie tej wiedzy	WF1_W08	wypowiedź ustna
2	posiada wystarczające umiejętności techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych konkurencji wspinaczkowych, prezentuje poziom sprawności ruchowej umożliwiającą prezentowanie podopiecznym pokazu prawidłowej techniki we wspinaczce	WF1_U01	wykonanie zadania
3	posiada umiejętności działania podstawowych konkurencji wspinaczkowych na poziomie sportu młodzieżowego, współdziała z innymi, kieruje pracą zespołów i podejmuje w nich wiodącą rolę	WF1_U06	wykonanie zadania
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
wiedza: ocena wypowiedzi ustnej (ocena wypowiedzi krótkiej lub dłuższej);			
umiejętności: 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.			
Treści programowe			
Semestr: 6			
Forma zajęć : wiczenia praktyczne			
Zasady bezpieczeństwa na zajęciach wspinaczkowych. Regulamin korzystania z sali gimnastycznej, ścianki wspinaczkowej. Zasady asekuracji: właściwe ubranie i zapinanie uprzęży, przywiązanie do niej liny, asekuracja na wódek (obsługa kubka lub innego zestawu do asekuracji); 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.			

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Yoga				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
2	3	P	15	Zaliczenie z ocen	1
Razem			15		1

Dane merytoryczne

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	Wie jakie jest znaczenie technik relaksacyjno- koncentracyjnych wzorowanych na kulturach dalekowschodnich. Zna nazewnictwo z nimi zwi zane. Wie w jakich okoliczno ciach i przypadkach nalezy je zastosowa	WF1_W06, WF1_W07	wykonanie zadania
2	Potrafi zastosowa w praktyce wiczenia relaksacyjno-koncentracyjne wzorowane na jodze. Potrafi dostrzec i skorygowa b ł dy pojawiaj ce si podczas wicze . Potrafi przekaza informacje na temat znaczenia medytacji i koncentracji w yciu cz łowieka	D.1/E.1.U10	obserwacja wykonania zada
3	Jest gotów do pos ługiwania si uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w dzia łalno ci zawodowej, kieruj c si szacunkiem dla ka dego cz łowieka. Wdra a zasady etyczne stosowane w jodze do ycia codziennego	1.3.01	obserwacja zachowa
Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si			
<p>wiedza: ocena wykonania zadania (Zaliczenie przedmiotu na podstawie obserwacji nauczyciela prowadz cego, a tak e uzyskanych ocen cz stkowych.)</p> <p>umiej tno ci: obserwacja wykonania zada (Obserwacja bezpo rednia studenta w czasie wykonywania dzia łwa w ł ciwych dla danego medytacji i wicze jogi)</p> <p>kompetencje społeczne: obserwacja zachowa (Obserwacja zachowa indywidualnych i zespo łowych)</p>			
Warunki zaliczenia			
Obecno na zaj ciach, ocena z kolokwium pisemnego, sprawdzian umiej tno ci praktycznych polegaj cy na zaprezentowaniu poznanych asan, opracowanie konspektu wicze z jogi.			
Tre ci programowe (opis skrócony)			
Opanowanie wiedzy i umiej tno ci praktycznych zwi zanych z wykorzystaniem elementów jogi do zaj rekreacyjnych, wychowania fizycznego.			
Tre ci programowe			
Semestr: 3			
Forma zaj : wiczenia praktyczne			
Yoga			

SYLABUS ZAJ /GRUPY ZAJ

Dane ogólne:

Jednostka organizacyjna:	Katedra Wychowania Fizycznego				
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne				
Specjalno /Specjalizacja:					
Nazwa zaj / grupy zaj :	Zabawy i gry ruchowe				
Forma studiów:	stacjonarne				
Nazwa katalogu:	WOZ-WF-I-23/24Z				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin	Forma zaliczenia	ECTS
1	1	P	30	Zaliczenie z ocen	2
Razem			30		2

Dane merytoryczne

Szczegółowe efekty uczenia si			
Lp.	Student, który zaliczył zaj cia, zna i rozumie/potrafi/jest gotowy do:	Kod efektu dla kierunku studiów	Sposób weryfikacji efektu uczenia si
1	rozporz dza wiedz na temat higieny i bezpiecze stwa pracy, jest przygotowany do bezpiecznego, odpowiedzialnego poprowadzenia zaj rekreacyjno-sportowych;	WF1_W11	kolokwium, wypowied ustna
2	legitymuje si ponadprzeci tnym poziomem sprawno ci fizycznej oraz posiada umiej tno ci techniczne i ruchowe w zakresie podstawowych dyscyplin sportowych;	WF1_U01	wykonanie zadania
3	prawidłowo s dziuje podstawowe dyscyplin sportu na poziomie szkolnej rywalizacji dzieci i młodzie y;	WF1_U06	wykonanie zadania
4	prawidłowo projektuje, realizuje i w razie potrzeby modyfikuje program aktywno ci fizyczne dla indywidualnych podmiotów oraz grupy osób w ka dym wieku;	WF1_U09	wykonanie zadania
5	profesjonalnie przygotowuje konspekt lekcyjny lub plan treningowy z zakresu wybranej dyscypliny sportowej i w oparciu o wiedz płyn c z pedagogiki, psychologii i teorii sportu potrafi zrealizowa go w praktyce;	WF1_U10	wykonanie zadania
6	wła ciwie ocenia swoj wiedz i kompetencje; wie, kiedy zasi gn opinii specjalisty lub osoby bardziej do wiadczonej;	WF1_K01	obserwacja zachowa
7	okazuje szacunek współpracownikom, zawodnikom, podopiecznym, uczniom; zwraca uwag na zachowanie swoich podopiecznych, okazuj c wyrozumiało dla ich słabo ci i problemów;	WF1_K02	obserwacja zachowa
8	współpracuje w zespole, wykorzystuj c własne mo liwo ci oraz mo liwo ci ka dego z członków grupy do osi gni cia wspólnie postawionych celów	WF1_K03	obserwacja zachowa
9	jest wiadomy zasad i norm etycznych obowi zuj cych nauczyciela, trenera, sportowca i kibica.	WF1_K04	obserwacja zachowa

Kryteria oceny i weryfikacji efektów uczenia si

wiedza:

ocena kolokwium (ocena kolokwium)

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

umiej tno ci:

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

kompetencje społeczne:
obserwacja zachowa (obserwacja zachowa indywidualnych i zespołowych pod k tem kompetencji społecznych)
Warunki zaliczenia
Zaliczenie z ocen semestr pierwszy na podstawie kolokwium pisemnego, oceny samodzielnie prowadzone lekcji i oceny konspektu lekcji.
Tre ci programowe (opis skrócony)
Zapoznanie z podstawowymi wiadomo ciami z zakresu teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych. Zasób zabaw i gier ruchowych, konstruowanie konspektu, prowadzenie wyznaczonej cz ci lekcji.
Tre ci programowe
Semestr: 1
Forma zaj : wiczenia praktyczne
Wiadomo ci ogólne z zakresu genezy zabaw. Znaczenie zabaw i gier ruchowych w yciu człowieka. Funkcje i teorie zabaw. Podział zabaw i gier ruchowych. Zapoznanie z szerokim zasobem zabaw i gier ruchowych. Miejsce zabaw i gier ruchowych w nauczaniu zespołowych gier sportowych. Struktura oraz zasady budowy lekcji, organizacja zaj . Typy lekcji. Zadania lekcji. Konstruowanie zada . Rodzaje toków lekcyjnych: klasyczny, mieszany, z gr dru ynow , dla młodzie y. Zapis konspektów lekcyjnych. Samodzielne prowadzenie cz ci lekcji.