|  |  |
| --- | --- |
|  | UNIWERSYTET WARMIŃSKO-MAZURSKI W OLSZTYNIE  Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie |
|  | **Sylabus przedmiotu – część A** |
| **38-00-S1-WF** | **Wychowanie fizyczne** |
| **2021L** | **Physical Education** |
| **ECTS: 1.00** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TREŚCI MERYTORYCZNE:**  **Wychowanie fizyczne**  ĆWICZENIA:Nauka i doskonalenie umiejętności technicznych i taktycznych w następujących dyscyplinach sportowych do wyboru: piłka siatkowa, piłka nożna, koszykówka, badminton, tenis stołowy, tenis, unihokej, gimnastyka, różne formy aerobiku i ćwiczeń fizycznych z muzyką oraz ćwiczeń na siłowni. Atletyka terenowa i lekkoatletyka, turystyka rowerowa i kajakowa, łyżwiarstwo, narciarstwo alpejskie  **CEL KSZTAŁCENIA:**  Przekazanie wiadomości dotyczących wpływu ćwiczeń na organizm człowieka, sposobów podtrzymania zdrowia , sprawności fizycznej oraz wiedzy dotyczącej relacji między wiekiem, zdrowiem, aktywnością fizyczną, sprawnością motoryczną kobiet i mężczyzn. Opanowanie umiejętności ruchowych z zakresu poznanych dyscyplin sportowych i wykorzystania ich w organizowaniu czasu wolnego.  **OPIS EFEKTÓW UCZENIA SIĘ PRZEDMIOTU W ODNIESIENIU DO OPISU CHARAKTERYSTYK DRUGIEGO STOPNIA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ DLA KWALIFIKACJI NA POZIOMACH 6-8 POLSKIEJ RAMY KWALIFIKACJI W ODNIESIENIU DO DYSCYPLIN NAUKOWYCH I EFEKTÓW KIERUNKOWYCH:**  **Symbole efektów dyscyplinowych:**  IT/ISG1A\_K01+, IT/ISG1A\_U06+, IT/ISG1A\_W01+  **Symbole efektów kierunkowych:**  K1\_K01+, K1\_U01+, K1\_W01+  **EFEKTY UCZENIA SIĘ (Wiedza, Umiejętności, Kompetencje społeczne):**   |  |  | | --- | --- | | **K1** | K1 –Potrafi pracować w zespole. Przestrzega zasad ,,fair play" oraz potrafi właściwie zachować się podczas sukcesu i niepowodzenia. Realizuje zasady bhp obowiązujące w placówkach oświatowych. Promuje zdrowy styl życia. | | **U1** | Posługuje się specjalistyczną terminologią stosowaną w wychowaniu fizycznym, rekreacji oraz sporcie. Potrafi samodzielnie przygotować scenariusz zajęć z elementami zajęć sportowo-rekreacyjnych. Potrafi zaprezentować poprawną technikę wybranych dyscyplin sportowych zgodnie z zasadami metodyki, wskazać właściwe rozwiązania techniczno- taktyczne. | | **W1** | Zna terminologię stosowaną w wychowaniu fizycznym, sporcie, rekreacji oraz podstawowe przepisy wybranych dyscyplin sportowych. Zna zasady bezpiecznej organizacji zajęć z elementami wychowania fizycznego i sportu. Zna podstawowe zagadnienia z zakresu prowadzenia walki sportowej(taktyki)oraz metody, formy oraz środki dydaktyczne stosowane w wychowaniu fizycznym. |   **FORMY I METODY DYDAKTYCZNE:**   |  | | --- | | Wychowanie fizyczne-['W1', 'U1', 'K1']-Wychowanie fizyczne(W1, U1, K1):Ćwiczenia praktyczne w formie zadaniowej, ścisłej i zabawowej. Gry szkolne i właściwe.-ĆWICZENIA:Nauka i doskonalenie umiejętności technicznych i taktycznych w następujących dyscyplinach sportowych do wyboru: piłka siatkowa, piłka nożna, koszykówka, badminton, tenis stołowy, tenis, unihokej, gimnastyka, różne formy aerobiku i ćwiczeń fizycznych z muzyką oraz ćwiczeń na siłowni. Atletyka terenowa i lekkoatletyka, turystyka rowerowa i kajakowa, łyżwiarstwo, narciarstwo alpejskie |   **FORMA I WARUNKI WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ:**   |  | | --- | | Wychowanie fizyczne-(Kolokwium praktyczne)-['W1', 'U1', 'K1']-Wychowanie fizyczne: Kolokwium praktyczne - Zaliczenie z oceną na podstawie aktywności na zajęciach oraz oceny sprawności i umiejętności. Umiejętność przeprowadzenia testu sprawności fizycznej. (W1, U1, K1); |   **Literatura:**   |  | | --- | | 1. ***Uczenie się i nauczanie pływania: zagadnienia wybrane***, Ewa Dybińska, Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha, 2009, Strony: 1-220, Tom: (literatura podstawowa) | | 2. ***Rozgrzewka. Podstawy fizjologiczne i zastosowanie praktyczne***, Jan Chmura, PZWL, 2014, Strony: 1-180, Tom: (literatura podstawowa) | | 3. ***Współczesna piłka siatkowa***, Grzegorz Grządziel, Dorota Szade, Barbara Nowak, AWF Katowice, 2019, Strony: 1-180, Tom: (literatura podstawowa) | | 4. ***Żywienie w sporcie: kompletny przewodnik***, Anita Bean, Zysk-S-ka, 2008, Strony: 1-230, Tom: (literatura podstawowa) | | 5. ***Oficjalne przepisy piłki siatkowej***, PZPS, PZPS, 2020, Strony: 1-50, Tom: (literatura uzupełniająca) | | |  | | --- | | **Akty prawne kierunku określające**  **efekty uczenia się:** 916/2012 (Inżynieria środowiska),  **Kod ISCED:** -  **Status przedmiotu:** Obligatoryjny  **Grupa przedmiotów:** O - przedmioty kształcenia ogólnego  **Dyscyplina**: Wychowanie fizyczne, sport  **Język wykładowy**: POL  **Program:** Inżynieria komunalna - studia pierwszego stopnia - inżynierskie stacjonarne  **Etap**: Inżynieria komunalna drugi rok semestr czwarty  **Profil kształcenia:** Ogólnoakademicki  **Tryb studiów:**Stacjonarne  **Rodzaj studiów:** Pierwszego stopnia |  |  | | --- | | **Przedmioty**  **wprowadzające:** wychowanie fizyczne, biologia  **Wymagania**  **wstępne:** Przygotowanie motoryczne i sprawnościowe, znajomość przepisów ogólnych wybranych dyscyplin sportowych |  |  | | --- | | **Koordynatorzy:**  **Grzegorz Dubielski, grzes@uwm.edu.pl** | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | UNIWERSYTET WARMIŃSKO-MAZURSKI W OLSZTYNIE  Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie |
|  | **Szczegółowy opis przyznanej punktacji ECTS – część B** |
| **38-00-S1-WF** | **Wychowanie fizyczne** |
| **2021L** | **Physical Education** |
| **ECTS: 1.00** |  |

Na przyznaną liczbę punktów ECTS składają się:

1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:

|  |  |
| --- | --- |
| - udział w: Wychowanie fizyczne | 30 h |
| - konsultacje | 0 h |
|  | Ogółem: 30 h |

2. Samodzielna praca studenta:

|  |  |
| --- | --- |
|  | Ogółem: 0 h |

Ogółem (godziny kontaktowe + samodzielna praca studenta): 30 h

1 punkt ECTS = 25-30 h pracy przeciętnego studenta,

liczba punktów ECTS = 30 h : 30 h/ECTS = **1.00** ECTS

Średnio: 1.00 ECTS

|  |  |
| --- | --- |
| - w tym liczba punktów ECTS za godziny kontaktowe z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego | 1.00 ECTS |
| - w tym liczba punktów ECTS za godziny realizowane w formie samodzielnej pracy studenta | 0.00 ECTS |