

Nazwa przedmiotu Wychowanie fizyczne		
Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się zaliczenie		Blok zajęciowy obowiązkowy do zaliczenia w toku studiów
Kierunek studiów Fizjoterapia		Profil studiów praktyczny
Języki wykładowe Polski		Obligatoryjność obowiązkowy
Poziom kształcenia drugiego stopnia	Forma studiów niestacjonarne	Dyscypliny Nauki o kulturze fizycznej
Koordynator przedmiotu	Dorota Palik, Elżbieta Czulak	
Prowadzący zajęcia	Dorota Palik, Elżbieta Czulak	

Informacje podstawowe

Okres Semestr 2	Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się zaliczenie	Liczba punktów ECTS 0.00
Forma prowadzenia zajęć		Liczba godzin
ćwiczenia		10

Okres Semestr 3	Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się zaliczenie	Liczba punktów ECTS 0.00
Forma prowadzenia zajęć		Liczba godzin
ćwiczenia		10

Okres Semestr 4	Forma weryfikacji uzyskanych efektów uczenia się zaliczenie	Liczba punktów ECTS 0.00
Forma prowadzenia zajęć		Liczba godzin
ćwiczenia		10

Wymagania wstępne i dodatkowe

Brak przeciwwskazań zdrowotnych do czynnego, zaangażowanego uczestnictwa w programowych zajęciach wychowania fizycznego, dobra sprawność fizyczna, zamiłowanie do aktywności ruchowej. Obligatoryjna obecność na 12 z 15 możliwych zajęć w każdym semestrze.

Cele kształcenia dla przedmiotu

C1	Uświadomienie roli kultury fizycznej w zawodzie fizjoterapeuty. Rozwój podstawowych cech motorycznych tj: wytrzymałość, szybkość, siła, skoczność i koordynacja ruchowa.
C2	Osiągnięcie umiejętności ruchowych koniecznych dla poprawnego demonstrowania i przeprowadzania ćwiczeń zgodnie z zasadami metodycznymi oraz propagowanie promocji zdrowia.

Efekty uczenia się dla przedmiotu

Kod	Efekty w zakresie	Kierunkowe efekty uczenia się
Wiedzy - Student zna i rozumie:		
W1	i wykorzystuje różnorodne formy aktywności ruchowej z zakresu sportu i rekreacji ruchowej. Zna i wzbogaca o nowości specjalistyczną terminologię w zakresie nauk o kulturze fizycznej. Rozumie znaczenie działań z zakresu zdrowego stylu życia w odniesieniu do sylwetki własnej jak i pacjentów.	FIZ_KDR_W 16
Umiejętności - Student potrafi:		
U1	permanentnie podnosić swoją sprawność fizyczną w oparciu o szeroki wachlarz aktywności ruchowych opanowanych w procesie dydaktycznym jak też poprzez śledzenie nowości w dziedzinie sportu i rekreacji ruchowej. Potrafi określić poziom sprawności niezbędny do wykonywania zawodu fizjoterapeuty oraz rozwijać swoje umiejętności ruchowe konieczne dla poprawnego demonstrowania i przeprowadzania zabiegów fizjoterapeutycznych. Potrafi wykorzystać różne formy aktywności w nauczaniu i planowaniu ruchu oraz kontrolowaniu procesu opanowywania umiejętności ruchowych. Swoją sprawnością fizyczną potrafi wzbudzić zaufanie pacjentów.	FIZ_KDR_U0 2
Kompetencji społecznych - Student jest gotów do:		
K1	dbałości o wysoki poziom własnej sprawności fizycznej niezbędnej do wykonywania zadań zawodowych oraz ustawicznego jej rozwijania. Swoją postawą może stanowić wzór dla środowiska w pracy i społeczności lokalnej. Poprzez ustawiczną dbałość i podnoszenie sprawności ruchowej gotów jest kreować właściwe wzorce społeczne.	FIZ_KDR_K0 7, FIZ_KDR_K1 0

Treści programowe

Lp.	Treści programowe	Efekty uczenia się dla przedmiotu	Formy prowadzenia zajęć
1.	Omówienie zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego, zapoznania z warunkami zaliczenia, regulaminem SWFiS UJ CM oraz regulaminem korzystania z użytkowanego obiektu sportowego.	W1, U1, K1	ćwiczenia
2.	Zespołowe gry sportowe : Nauka podstawowych elementów technicznych i taktycznych; Siatkówka: postawa siatkarska, odbicia sposobem górnym i dolnym, zagrywka, przyjęcie piłki sposobem górnym i dolnym, wystawa piłki w przód i w tył, atak, blok. GRA.	W1, U1, K1	ćwiczenia
3.	Zespołowe gry sportowe: Koszykówka: poruszanie się po boisku, podania i chwyty, kozłowanie prawą i lewą ręką, rzut do kosza z biegu z prawej i lewej strony, rzut do kosza z miejsca, obrona 1:1, zwody bez piłki i z piłką, atak pozycyjny i szybki atak; GRA.	W1, U1, K1	ćwiczenia

4.	Siłownia: technika wykonywania ćwiczeń mięśni klatki piersiowej, grzbietu, brzucha, barków, ramion i przedramion, nóg.	W1, U1, K1	ćwiczenia
5.	Fitness: podstawowe kroki w aerobiku, oraz ćwiczeniach na stepie, proste układy choreograficzne, technika ćwiczeń na piłkach, z ciężarkami, i ćw. rozciągających.	W1, U1, K1	ćwiczenia

Literatura

Obowiązkowa

1. T.Klocek M.Szczepanik „Siatkówka na lekcji wychowania fizycznego” wyd. COS Warszawa 2003.AWF Katowice 2012
2. Neumann „Trening koszykówki-taktyka, technika, kondycja.” Wyd. Marszałek 2003

Dodatkowa

1. Gieremek K, Dec L., Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna AWF Katowice 2000

Informacje rozszerzone

Semestr 2

Metody nauczania:

Ćwiczenia, Demonstracja, Pokaz, Zajęcia praktyczne

Rodzaj zajęć	Formy zaliczenia	Warunki zaliczenia przedmiotu
ćwiczenia	zaliczenie	

Semestr 3

Metody nauczania:

Ćwiczenia, Demonstracja, Pokaz, Zajęcia praktyczne

Rodzaj zajęć	Formy zaliczenia	Warunki zaliczenia przedmiotu
ćwiczenia	zaliczenie	

Semestr 4

Metody nauczania:

Ćwiczenia, Demonstracja, Pokaz, Zajęcia praktyczne

Rodzaj zajęć	Formy zaliczenia	Warunki zaliczenia przedmiotu
ćwiczenia	zaliczenie	

Bilans punktów ECTS

Semestr 2

Rodzaje zajęć studenta	Średnia liczba godzin* przeznaczonych na zrealizowane rodzaje zajęć
ćwiczenia	10
Łączny nakład pracy studenta	Liczba godzin 10
Liczba godzin kontaktowych	Liczba godzin 10

* godzina (lekcyjna) oznacza 45 minut

Semestr 3

Rodzaje zajęć studenta	Średnia liczba godzin* przeznaczonych na zrealizowane rodzaje zajęć
ćwiczenia	10
Łączny nakład pracy studenta	Liczba godzin 10
Liczba godzin kontaktowych	Liczba godzin 10

* godzina (lekcyjna) oznacza 45 minut

Semestr 4

Rodzaje zajęć studenta	Średnia liczba godzin* przeznaczonych na zrealizowane rodzaje zajęć
ćwiczenia	10
Łączny nakład pracy studenta	Liczba godzin 10
Liczba godzin kontaktowych	Liczba godzin 10

* godzina (lekcyjna) oznacza 45 minut

Opis sposobu sprawdzenia osiągnięcia efektów uczenia się

Kod efektu uczenia się dla przedmiotu	Metoda sprawdzenia
	zaliczenie
W1	x
U1	x
K1	x

Kierunkowe efekty uczenia się

Kod	Treść
FIZ_KDR_W1 6	Absolwent zna i rozumie styl życia oraz modele zachowań prozdrowotnych i rekreacyjnych podejmowanych przez człowieka
FIZ_KDR_U0 2	Absolwent potrafi rozwijać posiadane i nowe umiejętności ruchowe i sprawność fizyczną konieczną dla poprawnego demonstrowania i przeprowadzania zabiegów kinezyterapii z ludźmi chorymi i z niepełnosprawnością
FIZ_KDR_K0 7	Absolwent jest gotów do ustawicznego rozwijania swojej sprawności i aktywności niezbędnej do wykonywania zadań zawodowych i zachęcania do podobnych zachowań członków zespołu terapeutycznego
FIZ_KDR_K1 0	Absolwent jest gotów do umiejętnego propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia