



Akademia Nauk Stosowanych
im. Hipolita Cegielskiego w Gnieźnie Uczelnia Państwowa

SYLABUS

Pozycja przedmiotu w planie:		B5
1. OGÓLNY OPIS PRZEDMIOTU		
1	Nazwa modułu	MODUŁ B: NAUKI OGÓLNE
2	Nazwa przedmiotu	Wychowanie fizyczne I
3	Kierunek studiów	Fizjoterapia
4	Poziom studiów	Jednolite magisterskie
5	Forma studiów	Studia stacjonarne
6	Profil studiów	Praktyczny
7	Rok studiów	Pierwszy
8	Semestr przedmiotu	Pierwszy
9	Jednostka prowadząca kierunek studiów	Instytut Nauk o Zdrowiu
10	Liczba punktów ECTS	0
11	Sposób zaliczenia	Zaliczenie
12	Język wykładowy	Polski
13	Tryb prowadzenia zajęć	Mieszany
14	Sposób prowadzenia zajęć	Synchroniczny
15	Narzędzia informatyczne wykorzystywane do prowadzenia zajęć, udostępniania materiałów i komunikacji ze studentami	Platforma Microsoft Teams /Platforma Moodle
16	Przedmioty wprowadzające	
17	Wymagania wstępne	-znajomość przepisów BHP w sali gimnastycznej - znajomość układu i narządów ruchu człowieka - umiejętność pracy zespołowej
18	Cele przedmiotu	
C1	przekazanie studentom podstawowej wiedzy niezbędnej do kształtowania umiejętności ruchowych potrzebnych w działalności sportowej, rekreacyjnej i turystycznej	
C2	kształtowanie zdolności motorycznych, nawyków ruchowych zgodnie z predyspozycjami i możliwościami	
C3	określenie znaczenia ruchu w leczeniu podstawowych schorzeń i chorób cywilizacyjnych	
19	Forma zajęć, liczba godzin wymagająca bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego, liczba godzin nakładu pracy studenta	
Forma zajęć		Liczba godzin
1.Ćwiczenia		30
Suma godzin		30
lp.	Całkowity nakład pracy studenta	

1.	Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego wynosi:	Godzinowe obciążenie studenta
	Ćwiczenia	
	Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego wynosi 30 godzin, co odpowiada 0 punktom ECTS.	30
2	Bilans nakładu pracy studenta: 11. Udział w ćwiczeniach 2. Udział w konsultacjach dydaktycznych 3. Udział w zaliczeniu ćwiczeń Łączny nakład pracy studenta wynosi 30 godzin, co odpowiada 0 punktom ECTS.	30
3	Łączny nakład pracy studenta (pozycja 2)	30
4	Punkty ECTS za przedmiot	0
5	Liczba punktów ECTS, którą student musi osiągnąć w ramach zajęć o charakterze praktycznym w tym zajęć laboratoryjnych, warsztatowych, projektowych	0
Efekty uczenia się - wiedza		W1: Posiada wiedzę z zakresu edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia, profilaktyki chorób, profilaktyki niepełnosprawności i zna zasady edukacji zdrowotnej dla pacjentów. C.W16. W2: Potrafi zdefiniować pojęcia dotyczące zdrowia, wymienić czynniki decydujące o zdrowiu i jego zagrożeniu. Potrafi scharakteryzować i wyjaśnić założenia edukacji zdrowotnej, promocji zdrowia i profilaktyki niepełnosprawności. F_W27
Efekty uczenia się - umiejętności		U1: Posiada umiejętności przeprowadzania działań ukierunkowanych na edukację zdrowotną, promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności. F_U20 U2: Posiada zaawansowane umiejętności w organizacji różnych dyscyplin sportowych, treningu sportowego, organizacji zawodów dla osób z różnymi dysfunkcjami oraz w organizacji różnych form zajęć rekreacyjnych z osobami niepełnosprawnymi. F_U21 U3: Potrafi zademonstrować i nauczyć różnych form ruchowych z zakresu adaptowanej aktywności ruchowej. F_U22 U4: Utrzymuje sprawność fizyczną potrzebną do poprawnego demonstrowania i przeprowadzania zajęć rekreacyjnych, zdrowotnych z osobami chorymi i niepełnosprawnymi. F_U23 U5: Posiada podstawowe umiejętności z zakresu wybranych form aktywności fizycznej, rekreacji i sportu. Potrafi dobrać i uzasadnić odpowiednią formę aktywności ruchowej dla osób ze specjalnymi potrzebami. F_U26
Efekty uczenia się – kompetencje społeczne		K1: Dbą o stan własnego zdrowia. Wykazują prozdrowotny i higieniczny styl życia, niezbędny do wykonywania pracy w zawodzie. F_K07

2. TREŚCI PROGRAMOWE ODNIESIONE DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Forma zajęć	Treści programowe	liczba godzin
Forma:		
ĆW	Technika oraz taktyka gier zespołowych i rekreacyjnych – przepisy, zasady i sędziowanie gry.	10
ĆW	Gimnastyka podstawowa – ćwiczenia ogólnorozwojowe i sprawnościowe.	5
ĆW	Próby, testy sprawnościowe i umiejętności – ocena sprawności fizycznej.	5

ĆW	Kształtowanie cech motorycznych – ćwiczenia kształtujące: szybkość, siłę, wytrzymałość, moc, gibkość, koordynację ruchową.	5
ĆW	Edukacja zdrowotna: aktywność fizyczna i jej znaczenie dla prawidłowego rozwoju; promocja zdrowia- zasady prowadzenia zdrowego stylu życia	5

3. Literatura

Literatura podstawowa	Literatura podstawowa: 1. Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych- T. Stefaniak 2013r. 2. Edukacja zdrowotna- B. Woynarowska PWN 2017r. 3. Test Sprawności Fizycznej- Indeks Sprawności Fizycznej K. Zuchora. 4. Próby sprawności fizycznej- Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej.
Literatura uzupełniająca	1. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego- Jan Górski, PZWL-Warszawa 2019r. 2. Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego- Jan Górski, PZWL-Warszawa 2019r.

4. Metody dydaktyczne

Forma	Metody dydaktyczne
Ćwiczenia	1. Prezentacje multimedialne 2. Skrypty z ćwiczeniami gramatycznymi 3. Filmy 4. Nagrania audio 5. Plansze edukacyjne

5. Metody i kryteria oceniania

Forma zajęć:	Forma zaliczenia:														
<p>Uzyskane punkty są przeliczane na oceny według następującej skali:</p> <table> <tr> <td>Procent punktów</td> <td>Ocena</td> </tr> <tr> <td>91-100%</td> <td>Bardzo dobry</td> </tr> <tr> <td>85-90%</td> <td>Dobry plus</td> </tr> <tr> <td>76-84%</td> <td>Dobry</td> </tr> <tr> <td>66-75%</td> <td>Dostateczny plus</td> </tr> <tr> <td>51-65%</td> <td>Dostateczny</td> </tr> <tr> <td>0-50%</td> <td>Niedostateczny</td> </tr> </table>		Procent punktów	Ocena	91-100%	Bardzo dobry	85-90%	Dobry plus	76-84%	Dobry	66-75%	Dostateczny plus	51-65%	Dostateczny	0-50%	Niedostateczny
Procent punktów	Ocena														
91-100%	Bardzo dobry														
85-90%	Dobry plus														
76-84%	Dobry														
66-75%	Dostateczny plus														
51-65%	Dostateczny														
0-50%	Niedostateczny														
<p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu (ćwiczeń) jest systematyczny i aktywny udział w zajęciach oraz ogólna sprawność fizyczna, poziom wiedzy i umiejętności wg. poniższych kryteriów: Ocena 1 – obserwacja (dotyczy oceny frekwencji i aktywności na zajęciach) Ocena 2 – praktyczne wykonanie zadań - ćwiczeń (dotyczy oceny poziomu zdobytych umiejętności) Ocena 3 – sprawdzenie wiedzy teoretycznej</p>															