

Karta opisu zajęć (sylabus)

Nazwa kierunku studiów	Zootechnika
Nazwa modułu, także nazwa w języku angielskim	Wychowanie fizyczne Physical education
Język wykładowy	polski
Rodzaj modułu	obowiązkowy
Poziom studiów	pierwszego stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów dla kierunku	I
Semestr dla kierunku	1 i 2
Liczba punktów ECTS z podziałem na kontaktowe/niekontaktowe	0
Tytuł naukowy/stopień naukowy, imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej za moduł	Dr Bożena Bednarska
Jednostka oferująca moduł	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu UP w Lublinie
Cel modułu	Celem modułu jest zapoznanie studentów z metodami, środkami i formami organizacyjnymi wykorzystywanymi na zajęciach wychowania fizycznego w celu kształtowania sprawności i wydolności fizycznej oraz nawyków prozdrowotnych
Wymagania wstępne i dodatkowe	- dobry stan zdrowia oraz brak przeciwwskazań lekarskich do zajęć o charakterze wysiłkowym - strój sportowy umożliwiający swobodne wykonywanie ćwiczeń - aktywność oraz zaangażowanie na zajęciach
Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej	1. Huciński T.: Podstawy obrony w koszykówce. Katowice, 1993. 2. FIBA. Koszykówka dla młodych zawodników. Warszawa, 2002. 3. Grządziel G.: Piłka siatkowa. technika, taktyka i elementy minisiatkówki. AWF Katowice. 2006. 4. Grządziel. G., Ljach W.: Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń. COS Warszawa, 2000. 5. Oszast H., Kasperzec M.: Koszykówka. Kraków, 1998. 6. Schoenfeld B.: Idealna kobieca sylwetka. 118 ćwiczeń w siłowni. Wyd. Aha Łódź, 2009 Siłownia- Aaberg E.: Trening siłowy – mechanika mięśni. Wyd. Aha Łódź, 2009.
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	- zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń - pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia