

**Karta opisu zajęć (sylabus)**

Nazwa kierunku studiów	Behawiorystka zwierząt
Nazwa modułu, także nazwa w języku angielskim	Wychowanie fizyczne 1 Physical education 1
Język wykładowy	polski
Rodzaj modułu	obowiązkowy
Poziom studiów	pierwszego stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów dla kierunku	I
Semestr dla kierunku	1
Liczba punktów ECTS z podziałem na kontaktowe/niekontaktowe	0
Tytuł naukowy/stopień naukowy, imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej za moduł	Mgr Grzegorz Nieczypor
Jednostka oferująca moduł	Centrum Kultury Fizycznej i Sportu
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
Efekty uczenia się dla modułu to opis zasobu wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, które student osiągnie po zrealizowaniu zajęć.	Wiedza:
	1.
	2.
	...
	Umiejętności:
	1. umie samodzielnie pozyskiwać informacje z różnych źródeł i na ich podstawie przygotować działania na rzecz zdrowia, rozwoju i sprawności fizycznej
	2.
	...
	Kompetencje społeczne:
	1. jest gotów do ustawicznego kształcenia i doskonalenia swoich umiejętności
2.	
Wymagania wstępne i dodatkowe	dobry stan zdrowia, brak przeciwwskazań lekarskich do zajęć na pływalni oraz do zajęć o charakterze wzmożonego wysiłku fizycznego, strój do pływania, umożliwiający swobodne poruszanie się w wodzie

Treści programowe modułu	<p>Ćwiczenia obejmują nauczanie i doskonalenie elementów technicznych pływania stylem grzbietowym, kraulem, stylem klasycznym i motylkowym:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— ćwiczenia wypornościowe w wodzie i ćwiczenia wydechu powietrza do wody</li> <li>— ćwiczenia pracy nóg i rąk z przyborami i bez przyborów</li> <li>— ćwiczenia koordynacji pracy rąk, nóg i oddychania w poszczególnych stylach</li> <li>— ćwiczenia pracy nóg, rąk i ułożenia tułowia w poszczególnych stylach z przyborami i bez przyborów</li> <li>— skoki startowe, nawroty odkryte i kryte</li> <li>— nurkowanie w głąb i na odległość</li> </ul> <p>elementy ratownictwa wodnego: zasady bezpiecznej kąpieli, udzielanie pomocy z brzegu basenu z użyciem sprzętu ratowniczego</p>
Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bartkowiak E., 20 lekcji pływania. Wyd. COS, W-wa 1977</li> <li>2. Bartkowiak E., Pływanie. Wyd. COS, W-wa 1977</li> <li>3. Czabański B., Nauczanie techniki pływania. Wyd. AWF Wrocław 1977</li> <li>4. Bartkowiak E., Pływanie sportowe. Wyd. COS, W-wa 1999</li> </ol> <p>Rakowski M., Nowoczesny trening pływacki. Wyd. Centrum Rekreacyjno-Sportowe Rafa, Rumia 2008</p>
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń z wykorzystaniem metod słownych, pokazowych oraz praktycznego działania
Sposoby weryfikacji oraz formy dokumentowania osiągniętych efektów uczenia się	<p>U1 - ocena pracy na ćwiczeniach zaliczenie praktyczne ćwiczeń</p> <p>K1 - ocena pracy na ćwiczeniach zaliczenie praktyczne ćwiczeń</p> <p>Formy dokumentowania osiągniętych wyników: dziennik prowadzącego</p>
Elementy i wagi mające wpływ na ocenę końcową	<p>Frekwencja i aktywny udział w ćwiczeniach 70%</p> <p>Ocena z zaliczenia praktycznego ćwiczeń 30%</p>
Bilans punktów ECTS	<b>0 pkt ECTS</b>
Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	<p>udział w ćwiczeniach – 30 godz.</p> <p>udział w konsultacjach – 2 godz.</p> <p><b>Łącznie 32 godz.</b></p>
Odniesienie modułowych efektów uczenia się do kierunkowych efektów uczenia się	<p>U1 – RO_U13</p> <p>W1 – RO_K01</p>

**Szczegółowy program wykładów**

L. p.	Temat	Liczba godzin
1.		
..		
n*		

**Szczegółowy program ćwiczeń**

L. p.	Temat	Liczba godzin
1.	Organizacja pracy na zajęciach wychowania fizycznego, treści kształcenia, wymagania edukacyjne, przepisy BHP	2
2.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu klasycznego: praca nóg z deską i bez deski na grzbiecie, praca nóg z deską i bez deski z oddychaniem na powierzchni i z oddychaniem do wody	2
3.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu klasycznego: praca ramion w marszu po dnie basenu bez oddychania i z oddychaniem	2
4.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu klasycznego: koordynacja pracy ramion z nogami do kraula na piersiach	2
5.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu klasycznego: koordynacja pracy ramion i nóg z oddychaniem, nawroty odkryte	2
6.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu grzbietowego: ćwiczenia oddechowe i wypornościowe.	2
7.	Nauczanie i doskonalenie techniki kraula na piersiach: leżenie i poślizgi na piersiach, praca nóg z deską i bez deski w bezdechu i z wydechami do wody	2
8.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu grzbietowego: praca ramion bez oddychania i z oddychaniem co kilka ruchów ramion, koordynacja pracy ramion i nóg bez oddychania.	2
9.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu grzbietowego: praca nóg z deską i bez deski, praca nóg z pracą ramion, koordynacja pracy ramion i nóg	2
10.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu grzbietowego: koordynacja pracy ramion i nóg bez oddychania, dokładanka do kraula z deską i bez deski	2
11.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu grzbietowego: koordynacja pracy ramion z oddychaniem	2
12.	Nauczanie i doskonalenie techniki stylu grzbietowego oraz kraula na piersiach: koordynacja pracy ramion i nóg	2
13.	Ćwiczenia techniczne doskonalące styl grzbietowy oraz kraul na piersiach, pływanie na dystansie 25 metrów	2
14.	Ćwiczenia techniczne doskonalące styl grzbietowy. Zasady bezpiecznej kąpieli	2
15.	Ćwiczenia techniczne doskonalące styl grzbietowy oraz kraul na piersiach, pływanie na dystansie 25 metrów	2