|  |  |
| --- | --- |
| *Kod modułu* | M\_WE SEM1 M9 |
| Kierunek lub kierunki studiów | Weterynaria |
| Nazwa modułu kształcenia, także nazwa w języku angielskim | Wychowanie fizyczne I  Physical education I |
| Język wykładowy | Polski |
| Rodzaj modułu kształcenia  (obowiązkowy/fakultatywny) | Obowiązkowy |
| Poziom modułu kształcenia | Jednolite studia magisterskie |
| Rok studiów dla kierunku | I |
| Semestr dla kierunku | I |
| Liczba punktów ECTS z podziałem  na kontaktowe/ niekontaktowe |  |
| Imię i nazwisko osoby  odpowiedzialnej | Agnieszka Błaszczak |
| Jednostka oferująca przedmiot | Studium Wychowania Fizycznego 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 |
| Treści modułu kształcenia – zwarty opis ok. 100 słów. | Ćwiczenia obejmują: doskonalenie elementów technicznych i taktycznych wybranych gier zespołowych w formie ścisłej i małych gier:   * koszykówki – podania i chwyty, kozłowanie, rzuty do kosza z miejsca i dwutaktu, obrona każdy swego * siatkówki – odbicia piłki sposobem górnym i dolnym, zagrywka tenisowa, wystawienie i atak   Ćwiczenia wzmacniające poszczególne grupy mięśniowe na siłowni, zasady ich wykonywania i metody ćwiczeń  Ćwiczenia przy muzyce, nauczanie podstawowych kroków aerobiku, kształtowanie koordynacji ruchowej, poczucia rytmu, wzmacnianie i rozciąganie mięśni posturalnych ciała, zastosowanie różnych przyborów w zajęciach fitness  Ćwiczenia kształtujące wydolność organizmu z wykorzystaniem sprzętu aerobowego - metody kształtowania kondycji poprzez ćwiczenia aerobowe i anaerobowe |
| Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe | 1. Grządziel G., *Piłka siatkowa. Technika, taktyka i elementy mini-siatkówki*. Wydawnictwo AWF Katowice, Katowice 2006. 2. Grządziel. G., Ljach W., *Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń*. Wydawnictwo Centralnego Ośrodka Sportowego, Warszawa 2000. 3. Huciński T., *Kierowanie treningiem i walką sportową w koszykówce. Gra w obronie*. Wydawnictwo AWF Gdańsk, Gdańsk 1998. 4. Oszast H., Kasperzec M., *Koszykówka. Taktyka, technika, metodyka nauczania.* Wydawnictwo AWF Kraków, Kraków 1991. 5. Aaberg E., *Trening siłowy – mechanika mięśni*. Wydawnictwo Aha, Łódź 2009. |
| Planowane formy/działania/metody dydaktyczne | * zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń * pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia |

|  |  |
| --- | --- |
| *Kod modułu* | M\_WE SEM1 M9 |
| Kierunek lub kierunki studiów | Weterynaria |
| Nazwa modułu kształcenia, także nazwa w języku angielskim | Wychowanie fizyczne I  Physical education I |
| Język wykładowy | Polski |
| Rodzaj modułu kształcenia  (obowiązkowy/fakultatywny) | Obowiązkowy |
| Poziom modułu kształcenia | Jednolite studia magisterskie |
| Rok studiów dla kierunku | I |
| Semestr dla kierunku | I |
| *Liczba punktów ECTS z podziałem*  *na kontaktowe/ niekontaktowe* | 0 |
| Imię i nazwisko osoby  odpowiedzialnej | Krystyna Noskiewicz-Czarnecka  (pływanie początkujące) |
| Jednostka oferująca przedmiot | Studium Wychowania Fizycznego i Sportu |
| Cel modułu | Celem modułu jest zapoznanie studentów z metodami, środkami i formami organizacyjnymi wykorzystywanymi na zajęciach wychowania fizycznego w celu kształtowania i rozwijania sprawności fizycznej, nauka i doskonalenie potrzebnych umiejętności do uprawiania pływania |
| Treści modułu kształcenia – zwarty opis ok. 100 słów. | Pływanie początkujące:  ćwiczenia obejmują doskonalenie elementów technicznych z pływania elementarnego prowadzące do pływania stylem grzbietowym i kraulem:  - ćwiczenia wypornościowe w wodzie,  - ćwiczenia wydechu powietrza do wody  - ćwiczenia pracy nóg i rąk w pływaniu stylem  grzbietowym i kraulem z przyborami i bez  przyborów  - koordynacja pracy rąk, nóg i oddychania w stylu  grzbietowym i kraulem  - pływanie odcinków 25 m – 100 m dotychczas  poznanymi stylami  - skoki do wody, nurkowanie w głąb i na odległość  - elementy ratownictwa wodnego: udzielanie  pomocy z brzegu basenu z użyciem sprzętu  ratowniczego, zasady bezpiecznej kąpieli |
| Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe | 1. Bartkowiak E., 20 lekcji pływania. Wyd. COS, W-wa 1977 2. 2. Bartkowiak E., Pływanie. Wyd. COS, W-wa 1977 3. Czabański B., Nauczanie techniki pływania. Wyd. AWF Wrocław 1977 4. Bartkowiak E., Pływanie sportowe. Wyd. COS,   W-wa 1999   1. Rakowski M., Nowoczesny trening pływacki. Wyd. Centrum Rekreacyjno Sportowe Rafa, Rumia 2008 |
| Planowane formy/działania/metody dydaktyczne | * zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń z wykorzystaniem metod słownych, pokazowych oraz praktycznego działania * pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia |

|  |  |
| --- | --- |
| Kod modułu | M\_WE SEM1 M9 |
| Kierunek lub kierunki studiów | Weterynaria |
| Nazwa modułu kształcenia, także nazwa w języku angielskim | Wychowanie fizyczne I  Physical education I |
| Język wykładowy | Polski |
| Rodzaj modułu kształcenia  (obowiązkowy/fakultatywny) | Obowiązkowy |
| Poziom modułu kształcenia | Jednolite studia magisterskie |
| Rok studiów dla kierunku | I |
| Semestr dla kierunku | I |
| *Liczba punktów ECTS z podziałem*  *na kontaktowe/ niekontaktowe* | 0 |
| Imię i nazwisko osoby  odpowiedzialnej | Jacek Szyłejko  (pływanie zaawansowane) |
| Jednostka oferująca przedmiot | Studium Wychowania Fizycznego i Sportu |
| Cel modułu | Celem modułu jest zapoznanie studentów z metodami, środkami i formami organizacyjnymi wykorzystywanymi na zajęciach wychowania fizycznego w celu kształtowania i rozwijania sprawności fizycznej, nauka i doskonalenie potrzebnych umiejętności do uprawiania pływania |
| Treści modułu kształcenia – zwarty opis ok. 100 słów. | Pływanie początkujące:  ćwiczenia obejmują doskonalenie elementów technicznych z pływania elementarnego prowadzące do pływania stylem grzbietowym i kraulem:  - ćwiczenia wypornościowe w wodzie,  - ćwiczenia wydechu powietrza do wody  - ćwiczenia pracy nóg i rąk w pływaniu stylem  grzbietowym i kraulem z przyborami i bez  przyborów  - koordynacja pracy rąk, nóg i oddychania w stylu  grzbietowym i kraulem  - pływanie odcinków 25 m – 100 m dotychczas  poznanymi stylami  - skoki do wody, nurkowanie w głąb i na odległość  - elementy ratownictwa wodnego: udzielanie  pomocy z brzegu basenu z użyciem sprzętu  ratowniczego, zasady bezpiecznej kąpieli |
| Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe | 1. Bartkowiak E., 20 lekcji pływania. Wyd. COS, W-wa 1977 2. Bartkowiak E., Pływanie. Wyd. COS, W-wa 1977 3. Czabański B., Nauczanie techniki pływania. Wyd. AWF Wrocław 1977 4. Bartkowiak E., Pływanie sportowe. Wyd. COS, W-wa 1999 5. Rakowski M., Nowoczesny trening pływacki. Wyd. CSR Rafa, Rumia 2008 |
| Planowane formy/działania/metody dydaktyczne | * zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń z wykorzystaniem metod słownych, pokazowych oraz praktycznego działania * pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia |