|  |  |
| --- | --- |
| Numer modułu zgodnie z planem studiów | EC S1\_11 |
| Nazwa kierunku studiów | **Enologia i cydrownictwo** |
| 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 | Dr Agnieszka Błaszczak |
| 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 |
| Treści programowe modułu | Ćwiczenia obejmują nauczanie i doskonalenie elementów technicznych pływania stylem grzbietowym, kraulem, stylem klasycznym i motylkowym:   * ćwiczenia wypornościowe w wodzie i ćwiczenia wydechu powietrza do wody * ćwiczenia pracy nóg i rąk z przyborami i bez przyborów * ćwiczenia koordynacji pracy rąk, nóg i oddychania w poszczególnych stylach * ćwiczenia pracy nóg, rąk i ułożenia tułowia w poszczególnych stylach z przyborami i bez przyborów * skoki startowe, nawroty odkryte i kryte * nurkowanie w głąb i na odległość * elementy ratownictwa wodnego: zasady bezpiecznej kąpieli, udzielanie pomocy z brzegu basenu z użyciem sprzętu ratowniczego |
| Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej | 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. Centrum Rekreacyjno-Sportowe Rafa, Rumia 2008 |
| Planowane formy/działania/metody dydaktyczne | Ćwiczenia z wykorzystaniem metod aktywizujących, odbywające się w sali:   * zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń indywidualnych i zespołowych * pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia |