

Nazwa kierunku studiów	Ogrodnictwo
<b>Nazwa modułu, także nazwa w języku angielskim</b>	<b>Wychowanie fizyczne Physical education</b>
Język wykładowy	j. 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 (0/0)
Tytuł naukowy/stopień naukowy, imię i nazwisko osoby odpowiedzialnej za moduł	mgr Piotr Lorencowicz
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:
	Umiejętności:
	U1. Uwzględniając wiek, możliwości i umiejętności potrafi dobrać i zastosować właściwe metody, techniki i środki w celu kształtowania sprawności i wydolności fizycznej oraz nawyków prozdrowotnych.
	Kompetencje społeczne:
	K1. Dbać o poziom sprawności fizycznej niezbędnej dla wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej.
Wymagania wstępne i dodatkowe	-
Treści programowe modułu	Doskonalecie elementów techniki, taktyki w formie ścisłej i małych gier: - koszykówki – podania i chwyt, kozłowanie, rzuty z miejsca i dwutaktu, obrona strefą i każdy swego; - siatkówki – odbicia sposobem górnym i dolnym, zagrywka dołem i tenisowa, nagranie, wystawa, atak przy ustawieniu podstawowym. Ćwiczenia wzmacniające poszczególne grupy mięśniowe na siłowni, zasady ich wykonania i metody ćwiczeń. Ćwiczenia przy muzyce kształtowanie koordynacji ruchowej, poczucia rytmu, wzmacnianie i rozciąganie mięśni posturalnych ciała, zastosowanie różnych przyborów w zajęciach fitness. Ćwiczenia kształtujące wydolność organizmu, wykorzystanie sprzętu aerobowego (rowery

	stacjonarne, bieżnie, ergometry wioślarskie) - metody kształtowania kondycji poprzez ćwiczenia aerobowe i anaerobowe.
Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej	<p>Literatura podstawowa:  Grządziel G., Piłka siatkowa. Technika, taktyka i elementy mini-siatkówki. Wydawnictwo AWF Katowice, Katowice, 2006.  Grządziel. G., Ljach W., Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń. Wydawnictwo Centralnego Ośrodka Sportowego, Warszawa, 2000.</p> <p>Literatura uzupełniająca:  Huciński T., Kierowanie treningiem i walką sportową w koszykówce. Gra w obronie. Wydawnictwo AWF Gdańsk, Gdańsk, 1998.  Oszast H., Kasperzec M., Koszykówka. Taktyka, technika, metodyka nauczania. Wydawnictwo AWF Kraków, Kraków, 1991.  Aaberg E., Trening siłowy – mechanika mięśni. Wydawnictwo Aha, Łódź, 2009.</p>
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	Pokaz, praca pod kierunkiem prowadzącego, pogadanka.
Sposoby weryfikacji oraz formy dokumentowania osiągniętych efektów uczenia się	<p>U1: zaliczenie praktyczne 1  K1: zaliczenie praktyczne 1</p> <p>Szczegółowe kryteria przy zaliczeniu:  - student wykazuje dostateczny (3,0) stopień wiedzy, umiejętności lub kompetencji, gdy uzyskuje od 51 do 60% sumy punktów określających maksymalny poziom wiedzy i umiejętności z zakresu: podstawowych elementów techniki stosowanych podczas zajęć terenowych, zna sposoby kształtowania zdolności motorycznych poza salą sportową z wykorzystaniem bogactwa środowiska naturalnego  - student wykazuje dostateczny plus (3,5) stopień wiedzy, umiejętności lub kompetencji, gdy uzyskuje od 61 do 70% sumy punktów określających maksymalny poziom wiedzy i umiejętności z zakresu: podstawowych elementów techniki stosowanych podczas zajęć terenowych, zna sposoby kształtowania zdolności motorycznych poza salą sportową z wykorzystaniem bogactwa środowiska naturalnego  - student wykazuje dobry stopień (4,0) wiedzy, umiejętności lub kompetencji, gdy uzyskuje od 71 do 80% sumy punktów określających maksymalny poziom wiedzy i umiejętności z zakresu: podstawowych elementów techniki stosowanych podczas zajęć terenowych, zna sposoby kształtowania zdolności motorycznych poza salą sportową z wykorzystaniem bogactwa środowiska naturalnego</p>

	<p>- student wykazuje plus dobry stopień (4,5) wiedzy, umiejętności lub kompetencji, gdy uzyskuje od 81 do 90% sumy punktów określających maksymalny poziom wiedzy i umiejętności z zakresu: podstawowych elementów techniki stosowanych podczas zajęć terenowych, zna sposoby kształtowania zdolności motorycznych poza salą sportową z wykorzystaniem bogactwa środowiska naturalnego</p> <p>- student wykazuje bardzo dobry stopień (5,0) wiedzy, umiejętności lub kompetencji, gdy uzyskuje powyżej 91% sumy punktów określających maksymalny poziom wiedzy i umiejętności z zakresu: podstawowych elementów techniki stosowanych podczas zajęć terenowych, zna sposoby kształtowania zdolności motorycznych poza salą sportową z wykorzystaniem bogactwa środowiska naturalnego</p> <p>Formy dokumentowania: dziennik prowadzącego.</p>		
Elementy i wagi mające wpływ na ocenę końcową	<p>U1 – zaliczenie praktyczne – 30%</p> <p>K1 – zaliczenie praktyczne, aktywność i frekwencja – 70%</p>		
Bilans punktów ECTS	Forma zajęć	Liczba godzin	Punkty ECTS
	<b>KONTAKTOWE (z udziałem nauczyciela)</b>		
	Ćwiczenia	30	0
	Konsultacje	2	0
	<b>Łącznie kontaktowe</b>	<b>32</b>	<b>0</b>
	<b>NIEKONTAKTOWE</b>		
	<b>Łącznie niekontaktowe</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Razem punkty ECTS</b>	<b>32</b>	<b>0</b>	
Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	<p>Udział w ćwiczeniach – 30 godz.</p> <p>Konsultacje – 2 godz.</p>		
Odniesienie modułowych efektów uczenia się do kierunkowych efektów uczenia się	<p>U1 – U02</p> <p>K1 – K02</p>		