

Karta opisu zajęć (sylabus)

Nazwa kierunku studiów	Architektura krajobrazu
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 Marek Wawer
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.Ma podstawową wiedzę w zakresie poprawy jakości życia. W11
	2.Ma elementarną wiedzę z zakresie ochrony środowiska oraz jej wpływu na ochronę zdrowia. W12
	Umiejętności:
	1.Posiada umiejętność porozumiewania się w formie werbalnej . U01
Kompetencje społeczne:	
1. Rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie oraz dokształcania i samodoskonalenia. K01	
2. Potrafi współdziałać i pracować w grupie, przyjmując w niej różne role. K03	
Wymagania wstępne i dodatkowe	– dobry stan zdrowia oraz brak przeciwwskazań lekarskich do zajęć o charakterze wysiłkowym; – strój sportowy umożliwiający swobodne wykonywanie ćwiczeń;

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"> — 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 <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"> 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 <p>Rakowski M., Nowoczesny trening pływacki. Wyd. Centrum Rekreacyjno-Sportowe Rafa, Rumia 2008</p>
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	<p>zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń, pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia, konsultacje</p> <p>Formy dokumentowania osiągniętych wyników: dziennik prowadzącego</p>
Sposoby weryfikacji oraz formy dokumentowania osiągniętych efektów uczenia się	<p>U1 - prezentacja umiejętności w trakcie ćwiczeń</p> <p>K1 - ocena pracy studenta w charakterze członka zespołu wykonującego ćwiczenie</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	0 pkt
Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	<ul style="list-style-type: none"> – udział w ćwiczeniach – 30 godz. – udział w konsultacjach – 2 godz.

Odniesienie modułowych efektów uczenia się do kierunkowych efektów uczenia się	W1- AK1_W11 W2- AK2_W12 U1 –AK1_ U02 K1_ AK1_K01 K2_ AK_ K 03
--	---