

Karta opisu zajęć (sylabus)

Nazwa kierunku studiów	Biokosmetologia
Nazwa modułu, także nazwa w języku angielskim	Wychowanie fizyczne 2 Physical education 2
Język wykładowy	Polski
Rodzaj modułu	obowiązkowy
Poziom studiów	pierwszego stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów dla kierunku	II
Semestr dla kierunku	3
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 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
Efekty kształcenia – łączna liczba efektów nie może przekroczyć dla modułu (4-8). Należy przedstawić opis zakładanych efektów kształcenia, które student powinien nabyć po zrealizowaniu przedmiotu. Należy przedstawić efekty dla wykładu i ćwiczeń.	Wiedza - absolwent zna i rozumie:
	1. podstawowe zagadnienia dotyczące fizjologii wysiłku fizycznego oraz znaczenia aktywności ruchowej dla prawidłowego funkcjonowania organizmu [BK_W11]
	Umiejętności - absolwent potrafi:
	1. promować zasady zdrowego stylu życia i aktywnie wykorzystywać jego zasady w zakresie dbałości o ciało [BK_U09]
Wymagania wstępne i dodatkowe	Kompetencje społeczne – absolwent jest gotów do:
	1. dbania o poziom własnej sprawności fizycznej niezbędnej dla wykonywania zadań zawodowych [BK_K06]
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 – zwarty opis ok. 100 słów.	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 głęb i na odległość — elementy ratownictwa wodnego: zasady bezpiecznej kąpieli, udzielanie pomocy z brzegu basenu z użyciem sprzętu ratowniczego

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 5. Rakowski M., Nowoczesny trening pływacki. Wyd. Centrum Rekreacyjno-Sportowe Rafa, Rumia 2008
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	<p>— zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń</p> <p>— pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia</p>
Sposoby weryfikacji oraz formy dokumentowania osiągniętych efektów uczenia się	<p>Zaliczenie praktyczne na ocenę:</p> <p>5,0 – potrafi przepłynąć 25 m pełnym stylem klasycznym oraz pływać na piersiach z wydechem do wody. Ma bardzo dobrą wiedzę o prozdrowotnym znaczeniu aktywności ruchowej. Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego</p> <p>4,5 – potrafi przepłynąć 25 m stylem klasycznym z błędami technicznymi pracy ramion. Ma dobrą wiedzę o prozdrowotnym znaczeniu aktywności ruchowej. Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego</p> <p>4,0 – umie przepłynąć z błędami technicznymi pracy nóg. Ma dobrą wiedzę o prozdrowotnym znaczeniu aktywności ruchowej. Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego</p> <p>3,5 – umie przepłynąć 25 m stylem klasycznym z błędami technicznymi w ułożeniu tułowia, pracy rąk i nóg. Ma dostateczną wiedzę o prozdrowotnym znaczeniu aktywności ruchowej. Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego</p> <p>3,0 – nie przepływa pełnego dystansu 25 m stylem klasycznym, posiada braki w pracy rąk, nóg i ułożenia tułowia w wodzie. Ma dostateczną wiedzę o prozdrowotnym znaczeniu aktywności ruchowej. Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego</p> <p>Sposoby weryfikacji W1- zaliczenie ustne U1 - prezentacja umiejętności w trakcie ćwiczeń K1 - prezentacja umiejętności w trakcie ćwiczeń</p> <p>Formy dokumentowania osiągniętych wyników: Dziennik prowadzącego</p>
Bilans punktów ECTS	0
Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego	<p>- udział w ćwiczeniach/zaliczenie praktyczne – 30 godz.</p> <p>- udział w konsultacjach – 2 godz.</p>
Odniesienie modułowych efektów uczenia się do kierunkowych efektów uczenia się	<p>W1 – BK_W11</p> <p>U1 – BK_U09</p> <p>K1 - BK_K06</p>

Skrócony opis modułu kształcenia

Nazwa kierunku studiów	Biokosmetologia
Nazwa modułu, także nazwa w języku angielskim	Wychowanie fizyczne 2 Physical education 2
Język wykładowy	Polski
Rodzaj modułu	obowiązkowy
Poziom studiów	pierwszego stopnia
Forma studiów	stacjonarne
Rok studiów dla kierunku	II
Semestr dla kierunku	3
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 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 programowe modułu – zwarty opis ok. 100 słów.	Ćwiczenia obejmują nauczanie i doskonalenie elementów technicznych pływania stylem grzbietowym, kraulem, stylem klasycznym i motylkowym: <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 — elementy ratownictwa wodnego: zasady bezpiecznej kąpieli, udzielanie pomocy z brzegu basenu z użyciem sprzętu ratowniczego
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 5. Rakowski M., Nowoczesny trening pływacki. Wyd. Centrum Rekreacyjno-Sportowe Rafa, Rumia 2008
Planowane formy/działania/metody dydaktyczne	<ul style="list-style-type: none"> — zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń — pogadanki promujące aktywność fizyczną i zasady zdrowego stylu życia