



Wychowanie Fizyczne

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2024/2025
Wydział	Lekarsko-stomatologiczny
Kierunek studiów	Logopedia Ogólna i Kliniczna
Dyscyplina wiodąca	Nauki medyczne
Profil studiów	Ogólnoakademicki
Poziom kształcenia	I stopnia
Forma studiów	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie
Jednostka/jednostki prowadząca/e	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Ul. Księcia Trojdena 2c 02-091 Warszawa tel. (022) 5720528 studiumwfis@wum.edu.pl

Załącznik nr 4B do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.).

Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	mgr Jerzy Chrzanowski
Koordynator przedmiotu	mgr Jacek Szczepański jacek.szczepanski@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	mgr Jacek Szczepański jacek.szczepanski@wum.edu.pl z-ca Kierownika mgr Kinga Klas-Pupar kinga.klas@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	mgr Jerzy Chrzanowski jerzy.chrzanowski@wum.edu.pl mgr Kinga Klas-Pupar kinga.klas@wum.edu.pl dr Anna Sobianek anna.sobianek@wum.edu.pl mgr Agnieszka Besler agnieszka.besler@wum.edu.pl mgr Marzena Walenda marzena.walenda@wum.edu.pl mgr Jacek Szczepański jacek.szczepanski@wum.edu.pl; mgr Mariusz Mirosz mariusz.mirosz@wum.edu.pl mgr Jerzy Skolimowski jerzy.skolimowski@wum.edu.pl dr Paweł Krawczyk pawel.krawczyk@wum.edu.pl mgr Michał Sieńko michal.sienko@wum.edu.pl mgr Paweł Miaskiewicz pawel.miaskiewicz@wum.edu.pl mgr Marek Fliśnik marek.flisnik@wum.edu.pl mgr Jędrzej Sieczych jedrzej.sieczych@wum.edu.pl mgr Lidia Juchniewicz lidia.juchniewicz@wum.edu.pl mgr Grzegorz Gawryszewski grzegorz.gawryszewski@wum.edu.pl mgr Michał Rudnik michal.rudnik@wum.edu.pl

2. INFORMACJE PODSTAWOWE			
Rok i semestr studiów	Rok I, semestr I i II	Liczba punktów ECTS	0.00
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)			
seminarium (S)			
ćwiczenia (C)		60	0.00
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			

Samodzielna praca studenta	
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	
3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Przedstawienie kultury fizycznej, jako ogółu uznawanych wartości i utrwalonych zachowań w odniesieniu do ludzkiego ciała.
C2	Harmonijny rozwój organizmu, wzmacnianie i uelastycznianie układu ruchu – kształtowanie sylwetki, profilaktyka schorzeń i przeciążeń w obrębi układu ruchu, stymulacja układu krążeniowo – oddechowego i nerwowego.
C3	Hartowanie organizmu i poprawa odporności na poziomie fizycznym i psychicznym.
C4	Zapoznanie z metodami walki ze stresem i skutkami jego oddziaływania na organizm.
C5	Zapoznanie z zasadami i metodologią programów profilaktycznych w stopniu umożliwiającym czynny udział w ich projektowaniu, wdrażaniu i realizacji.
4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
L1.W.29	w zaawansowanym stopniu techniki wykonywania, wskazania i przeciwwskazania różnych ćwiczeń leczniczych indywidualnych i zespołowych
L1.W.39	w zaawansowanym stopniu zagadnienia budowy i czynności organizmu: części ciała, osie, płaszczyzny w podejściu topograficznym i czynnościowym, a także paradygmaty zdrowia oraz zachowania zdrowotne i czynniki kształtujące stan zdrowia; stany zagrożenia zdrowia i życia; źródła stresu i możliwości ich eliminacji poprzez aktywność fizyczną
L1.W.72	zna paradygmaty zdrowia oraz zachowania zdrowotne i czynniki kształtujące stan zdrowia; posiada znajomość stanów zagrożenia zdrowia i życia
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
L1.U.18	wykorzystać wiedzę dotyczącą własnych ograniczeń fizycznych w trakcie wykonywania podstawowych elementów techniki wybranych dyscyplin sportowo-rekreacyjnych, ocenić własne deficyty i potrzeby edukacyjne oraz planować aktywność fizyczną i jej ewaluację, a także potrafi dostrzegać i poprawnie rozpoznać oraz właściwie reagować na oznaki zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych
L1.U.47	umie samodzielnie pogłębiać wiedzę i rozwijać umiejętności, kierując się wskazówkami opiekuna naukowego
L1.U.48	Promować wzorce zdrowego życia w tym dbania o zdrowie psychiczne
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
L1.K.12	oceny poziomu swojej wiedzy, rozpoznawania podstawowych pojęć związanych ze zdrowiem, stylem życia i stanem zdrowia populacji; wzorców zdrowego życia, rozpoznawania potrzeb zdrowotnych i planowania działań z zakresu profilaktyki i promocji „sportów całego życia”

5. Zajęcia		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
C1-C15 Ćwiczenia	Zgodne z programem nauczania wybranej przez studenta dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej, które obejmują rozwój zdolności motorycznych: siły, szybkości, wytrzymałości, koordynacyjnych zdolności motorycznych, zwinności i gibkości. Poznanie nowych i atrakcyjnych form aktywności ruchowej, w tym „sportów całego życia” (indywidualnych i zespołowych), zapewniających aktywne uczestnictwo w kulturze fizycznej. Ruch, jako czynnik zapobiegający chorobom i umacniający zdrowie. Właściwe reagowanie na oznaki zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych. Szczególnie uzdolnieni sportowo studenci uczestniczą w zajęciach sekcji sportowych i reprezentują Uczelnię w Akademickich Mistrzostwach Warszawy oraz w Akademickich Mistrzostwach Polski.	L1.W.29 L1.W.39 L1.W.72 L1.U.18 L1.U.47 L1.U.48 L1.K.12

6. LITERATURA	
Obowiązkowa	Zgodna z programem nauczania wybranej dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej – prezentowana na pierwszych zajęciach.
Uzupelniająca	Zgodna z programem nauczania wybranej dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej – prezentowana na pierwszych zajęciach.

7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
L1.U.18 L1.U.47 L1.U.48	- obserwacja pracy studenta - ocena aktywności w czasie zajęć - testy sprawnościowe, zawody	- systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencja, 15 zajęć w semestrze) - udział w testach sprawności fizycznej, zawodach
L1.W.29 L1.W.39 L1.W.72	- obserwacja pracy studenta - ocena aktywności w czasie zajęć - ocena przygotowania do zajęć	- systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencja, 15 zajęć w semestrze)
L1.K.12	- obserwacja pracy studenta	- systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencja, 15 zajęć w semestrze)

8. INFORMACJE DODATKOWE (informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)
<p>Studenckie Koło Naukowe „Odnowy biologicznej”, opiekun dr Anna Sobianek, anna.sobianek@wum.edu.pl</p> <p>Sekcje sportowe i rekreacyjne Klubu Uczelnianego AZS WUM, informacje na stronie internetowej www.azs.wum.edu.pl</p> <p>Zasady odrabiania opuszczonych zajęć:</p>

**Załącznik nr 4B do Procedury opracowywania i okresowego przeglądu programów studiów
(stanowiącej załącznik do zarządzenia nr 68/2024 Rektora WUM z dnia 18 kwietnia 2024 r.).**

1. Każda nieobecność, w tym nieobecność usprawiedliwiona musi zostać odrobiona.
2. Nieobecność można odrobić u prowadzącego wybraną przez studenta grupę lub na specjalnych zajęciach oznaczonych w planie nazwą „dla odrabiających”.
3. Należy skontaktować się przez czat w MS Teams z prowadzącym grupę i uzgodnić termin odrabiania zajęć.
4. Zaliczenie przedmiotu można uzyskać tylko u prowadzącego wybraną przez studenta grupę. Nie możliwości uzyskania zaliczenia bez zgłoszenia się na wybrane przez studenta zajęcia.
5. Można uczestniczyć w jednym zajęciu w dniu, co oznacza, że student nie może odrabiać zajęć w tym samym dniu, w którym uczestniczy w zajęciach swojej grupy.
6. Zwolnienie lekarskie z wf nie zwalnia studenta z obowiązku udziału w zajęciach wychowania fizycznego i uzyskania zaliczenia tego przedmiotu. Student posiadający zwolnienie lekarskie z zajęć wf, zapisuje się do grupy specjalistycznej (rehabilitacja, zdrowy kręgosłup, techniki relaksacyjne). W razie problemów z zapisem należy skontaktować się z koordynatorem ds. osób z niepełnosprawnościami w SWFiS.
7. Student zgłaszając się na odrabianie zajęć potwierdza, że jego stan zdrowia, wytrenowania i samopoczucia w danym dniu umożliwi mu wzięcie udziału w wybranych zajęciach, potwierdza zapoznanie się z regulaminem i bhp zajęć oraz z regulaminem obiektu na którym odbywają się zajęcia.

Zasady zaliczenia przedmiotu

Student ma możliwość przystąpić do 2 terminów zaliczenia. Przedmiot wychowanie fizyczne nie jest przedmiotem egzaminacyjnym, w związku z czym uzyskanie pozytywnej oceny na zaliczeniu w wybranej grupie oraz uzyskanie 100% frekwencji warunkuje zaliczenie przedmiotu.

Regulamin zaliczenia przedmiotu wychowanie fizyczne znajduje się w aktualnościach na stronie internetowej Studium www.swfis.wum.edu.pl

Kontakt ze Studium: studiumwfis@wum.edu.pl

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich