



## Wychowanie Fizyczne

<b>1. METRYCZKA</b>	
<b>Rok akademicki</b>	2023/2024
<b>Wydział</b>	Lekarsko-stomatologiczny
<b>Kierunek studiów</b>	Logopedia ogólna i kliniczna
<b>Dyscyplina wiodąca</b>	Nauki medyczne
<b>Profil studiów</b>	ogólnoakademicki
<b>Poziom kształcenia</b>	I stopnia
<b>Forma studiów</b>	Stacjonarne
<b>Typ modułu/przedmiotu</b>	Obowiązkowy
<b>Forma weryfikacji efektów uczenia się</b>	Zaliczenie
<b>Jednostka/jednostki prowadząca/e</b>	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Ul. Księcia Trojdena 2c 02-091 Warszawa tel. (022) 5720528 studiumwfis@wum.edu.pl

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

## 2. INFORMACJE PODSTAWOWE

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

<b>Samodzielna praca studenta</b>	
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	
<b>3. CELE KSZTAŁCENIA</b>	
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.
<b>4. EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>	
<b>Numer efektu uczenia się</b>	<b>Efekty w zakresie</b>
<b>Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:</b>	
W1 H1A_W03 M1_W02	Ogólną znajomość budowy i czynności organizmu: części ciała, osie, płaszczyzny w podejściu topograficznym i czynnościowym
W2 M1_W05	paradygmaty zdrowia oraz zachowania zdrowotne i czynniki kształtujące stan zdrowia; stany zagrożenia zdrowia i życia; źródła stresu i możliwości ich eliminacji poprzez aktywność fizyczną
<b>Umiejętności – Absolwent potrafi:</b>	
U1 H1A_U01 H1A_U02 H1A_U03 H1A_U04	wykorzystać podstawową 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
U2 H1A_U02 H1A_U04	Dostrzega i potrafi poprawnie rozpoznać i właściwie reagować na oznaki zachowań antyzdrowotnych i autodestrukcyjnych
<b>Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:</b>	
K1 H1A_K01 H1A_K03	oceny poziomu swojej wiedzy, rozpoznawania podstawowych pojęć związanych ze zdrowiem, stylem życia i stanem zdrowia populacji
K2 H1A_K05	promowania 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 cech motorycznych: siły, szybkości, wytrzymałości, koordynacji ruchowej, 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 i Mazowsza oraz w Akademickich Mistrzostwach Polski.	H1A_W03 M1_W02 M1_W05 H1A_U01 H1A_U02 H1A_U03 H1A_U04 H1A_K01 H1A_K03 H1A_K05

6. LITERATURA	
<b>Obowiązkowa</b>	Zgodna z programem nauczania wybranej dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej – prezentowana na pierwszych zajęciach.
<b>Uzupełniająca</b>	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
W1 W2	- 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
U1 U2	- obserwacja pracy studenta - ocena aktywności w czasie zajęć - ocena przygotowania do zajęć	- systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencja, 15 zajęć w semestrze)
K1 K2	- obserwacja pracy studenta	- systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencja, 15 zajęć w semestrze)

8. INFORMACJE DODATKOWE <i>(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)</i>	
Studenckie Koło Naukowe „Odnowa biologiczna”, opiekun mgr Kinga Klas-Pupar, <a href="mailto:kinga.klas@wum.edu.pl">kinga.klas@wum.edu.pl</a>	
Sekcje sportowe i rekreacyjne Klubu Uczelnianego AZS WUM, informacje na stronie internetowej <a href="http://www.azs.wum.edu.pl">www.azs.wum.edu.pl</a>	

Zasady odrabiania opuszczonych zajęć:

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 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 wf dziennie, 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 zajęć mgr Kingą Kłaś-Pupar za pośrednictwem czatu w MS Teams.

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](http://www.swfis.wum.edu.pl)

Kontakt ze Studium: [studiumwfis@wum.edu.pl](mailto: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.