



Wychowanie fizyczne

| 1. METRYCZKA | |
|--|---|
| Rok akademicki | 2023/2024 |
| Wydział | Wydział Lekarsko - Stomatologiczny |
| Kierunek studiów | Fizjoterapia |
| Dyscyplina wiodąca <i>(zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NISW z 26 lipca 2019)</i> | Nauki o Zdrowiu |
| Profil studiów <i>(ogólnoakademicki/praktyczny)</i> | Praktyczny |
| Poziom kształcenia <i>(I stopnia/II stopnia/ jednolite magisterskie)</i> | Jednolite magisterskie |
| Forma studiów <i>(stacjonarne/niestacjonarne)</i> | Stacjonarne |
| Typ modułu/przedmiotu <i>(obowiązkowy/fakultatywny)</i> | Obowiązkowy |
| Forma weryfikacji efektów uczenia się <i>(egzamin/zaliczenie)</i> | Zaliczenie |
| Jednostka/jednostki prowadząca/e <i>(oraz adres/y jednostki/jednostek)</i> | Studium Wychowania Fizycznego i Sportu 02-109 Warszawa ul. Księcia Trojdena 2c tel: tel: (022) 57 20 528 oraz 57 20 529 |

| | |
|--|---|
| | studiumwfis@wum.edu.pl |
| Kierownik jednostki/kierownicy jednostek | mgr Jerzy Chrzanowski |
| Koordinator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt) | Dr n. o zdr. Anna Sobianek anna.sobianek@wum.edu.pl |
| Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusu) | Dr n. o zdr. Anna Sobianek anna.sobianek@wum.edu.pl |
| Prowadzący zajęcia | dr Anna Sobianek, mgr Marzena Walenda, mgr Lidia Juchniewicz, mgr Michał Sieńko, mgr Jędrzej Sieczych, mgr Kinga Kłaś-Pupar, mgr Agnieszka Besler |

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 |
| 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, wzmocnienie i uelastycznianie układu ruchu – kształtowanie sylwetki, profilaktyka schorzeń i przeciążeń w obrębi układu ruchu, stymulacja układu krążeniowo – oddechowego i nerwowego. |
| C3 | Zaangażowanie do działań w zakresie promocji zdrowego trybu życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty. |
| C4 | Hartowanie organizmu i poprawa odporności na poziomie fizycznym i psychicznym. |

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓLWE EFEKTY UCZENIA SIĘ (dotyczy kierunków regulowanych ujętych w Rozporządzeniu Ministra NiSW z 26 lipca 2019; pozostałych kierunków nie dotyczy)

| Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019) | Efekty w zakresie |
|---|-------------------|
|---|-------------------|

Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:

| | |
|------|--|
| A.W1 | |
| A.W2 | |

Umiejętności – Absolwent* potrafi:

| | |
|------|--|
| A.U1 | |
| A.U2 | |

*W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 wspomina się o „absolwencie”, a nie studencie

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ (nieobowiązkowe)

| Numer efektu uczenia się | Efekty w zakresie |
|--------------------------|-------------------|
|--------------------------|-------------------|

Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

| | |
|----|---|
| W1 | zasady statyki i biomechaniki w odniesieniu do organizmu ludzkiego obowiązujące w trakcie określonej aktywności fizycznej |
| W2 | |

Umiejętności – Absolwent potrafi:

| | |
|----|--|
| U1 | 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 | |

Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:

| | |
|----|---|
| K1 | promowania wzorców zdrowego życia, rozpoznawania potrzeb zdrowotnych i planowania działań z zakresu profilaktyki i promocji „sportów całego życia” |
| K2 | wykonywania zawodu, będąc świadomym roli, jaką fizjoterapeuta pełni na rzecz społeczeństwa, w tym społeczności lokalnej; |
| K3 | prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędne do wykonywania zawodu fizjoterapeuty; |
| K4 | dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych; |

6. ZAJĘCIA

| Forma zajęć | Treści programowe | Efekty uczenia się |
|-------------|--|-------------------------|
| Ćwiczenia | Zgodne z programem nauczania wybranej przez studenta dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej, obejmujące 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. | W1, U1, K1, K2, K3, K4, |

7. LITERATURA

Obowiązkowa

Zgodna z programem nauczania wybranej dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej – prezentowana na pierwszych zajęciach.

Uzupełniająca

Zgodna z programem nauczania wybranej dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej – prezentowana na pierwszych zajęciach.

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

| Symbol przedmiotowego efektu uczenia się | Sposoby weryfikacji efektu uczenia się | Kryterium zaliczenia |
|--|--|-----------------------|
| Np. A.W1, A.U1, K1 | Pole definiuje metody wykorzystywane do oceniania studentów, np. kartkówka, kolokwium, raport z ćwiczeń itp. | Np. próg zaliczeniowy |

| | | |
|----------------|--|--|
| W1 | - 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 | - obserwacja pracy studenta - ocena aktywności w czasie zajęć - ocena przygotowania do zajęć | - systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencja, 15 zajęć w semestrze) |
| K1, K2, K3, K4 | - obserwacja pracy studenta | - systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencja, 15 zajęć w semestrze) |

9. 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)

Zasady zaliczenia przedmiotu:

1. Frekwencja na zajęciach wynosząca 100% (student ma możliwość odrobienia zajęć z inną grupą studencką).
2. Zaliczenie praktyczne – zgodne z programem nauczania wybranej dyscypliny sportowej lub rekreacyjnej – prezentowana na pierwszych zajęciach.

Student ma możliwość przystąpić do 2 terminów zaliczenia. Przedmiot Wychowanie fizyczne nie jest przedmiotem egzaminacyjnym, a więc uzyskanie pozytywnej oceny na zaliczeniu oraz uzyskanie 100% frekwencji na zajęciach warunkuje zaliczenie przedmiotu.

Studenckie Koło Naukowe „Odnowa biologiczna”, opiekun mgr Kinga Klas-Pupar, kinga.klas@wum.edu.pl

Zapraszam na dodatkowe zajęcia ruchowe w sekcjach sportowych i rekreacyjnych Klubu Uczelnianego AZS WUM, informacje na stronie internetowej www.azs.wum.edu.pl

Zasady odrabiania opuszczonych zajęć:

1. Każda nieobecność, w tym nieobecność usprawiedliwiona musi zostać odrobiona, najlepiej u prowadzącego grupę
2. Pierwszeństwo uczestnictwa w zajęciach mają osoby zapisane do danej grupy, odrabiający przyjmowani są w miarę wolnych miejsc oraz wystarczającej liczby sprzętu używanego podczas ćwiczeń
3. Należy skontaktować się z prowadzącym grupę i uzgodnić termin odrabiania zajęć
4. Można uczestniczyć w jednym zajęciu w dniach
5. 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, techniki relaksacyjne).

Regulaminu zaliczenia przedmiotu wychowanie fizyczne znajdują się na stronie internetowej Studium www.swfis.wum.edu.pl w zakładce Dydaktyka.

UWAGA

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