

| | | |
|-----------|--------------------------------|--|
| 1. | Field of study | Cognitive Science |
| 2. | Faculty | Faculty of Humanities |
| 3. | Academic year of entry | 2021/2022 (winter term), 2022/2023 (winter term) |
| 4. | Level of qualifications/degree | first-cycle studies |
| 5. | Degree profile | general academic |
| 6. | Mode of study | full-time |

Module: Physical education

Module code: 38-WF1

1. Number of the ECTS credits: 0

| 2. Learning outcomes of the module | | | |
|---|--|---|--|
| code | description | learning outcomes of the programme | level of competence (scale 1-5) |
| 38-WF1_K_1 | Przestrzega zasad „fair play” na boisku oraz w życiu codziennym. | | |
| 38-WF1_K_2 | Promuje społeczne i kulturowe znaczenie sportu i aktywności fizycznej oraz pielęgnuje własne upodobania z zakresu kultury fizycznej. | | |
| 38-WF1_U_1 | Potrafi poprawnie wykonać elementy techniczne z wybranej dyscypliny sportowej; Potrafi z powodzeniem zaliczyć test sprawności ogólnej (test Pilicza, test Coopera). | | |
| 38-WF1_U_2 | Potrafi zastosować odpowiedni rodzaj treningu w zależności, od celu, jaki chce osiągnąć (poprawę funkcjonowania układu krążenia, poprawa koordynacji ruchowej, wzmocnienie mięśni, poprawa wydolności oddechowej). | | |
| 38-WF1_W_1 | Zna przepisy z zakresu podstawowych gier zespołowych lub z innej wybranej dyscypliny sportu, a także ma podstawową wiedzę o organizowaniu zawodów sportowych. | | |
| 38-WF1_W_2 | Posiada podstawową wiedzę o kulturze fizycznej. Zna zależności pomiędzy aktywnością ruchową i właściwym odżywianiem a zdrowiem i komfortem życia w przyszłości. Potrafi wyjaśnić istotę sportu. | | |

3. Module description

| | |
|--------------------|---|
| Description | Uczelniana kultura fizyczna winna być integralną i komplementarną częścią ogólnoedukacyjnego programu szkoły wyższej. Na kulturę fizyczną składają się: wychowanie fizyczne, rekreacja, sport i turystyka. Jest jedynym obszarem stwarzającym możliwość realizacji wartości odnoszących się do ciała i zdrowia oraz stanowi przeciwwagę w stosunku do obciążenia młodzieży akademickiej pracą umysłową. Powinna uwzględniać zmieniającą się rzeczywistość i w znacznym stopniu uczestniczyć w procesie przygotowania studenta do dorosłego życia zawodowego oraz w rodzinie i społeczeństwie. Celem zajęć w tym module jest nauczanie elementów technicznych w wybranej dyscyplinie sportowej. Utrwalenie umiejętności nabytych na poprzednim etapie nauczania. Wyposażenie w niezbędny zasób wiedzy o kulturze fizycznej. Poznanie historii oraz przepisów danej dyscypliny sportowej. Zapoznanie z organizacją zawodów oraz imprez rekreacyjnych i turystycznych. Wyrobienie poczucia własnej wartości. Mobilizacja do postaw |
|--------------------|---|

| | |
|----------------------|--|
| | prozdrowotnych. Współpraca w grupie oraz dyscyplina. Pokazać wpływ aktywności ruchowej na organizm człowieka, jego zdrowie i higienę (praca – wypoczynek). |
| Prerequisites | 1.) Wymogiem przyjęcia do grupy jest brak przeciwwskazań zdrowotnych. 2.) Wymogiem przyjęcia do grupy są wskazania lekarskie na określone. zajęcia. 3.) Na zajęciach związanych z nauką pływania posiadanie umiejętności pływania nie jest wymagane. |

| 4. Assessment of the learning outcomes of the module | | | |
|---|-----------------------|--|--|
| code | type | description | learning outcomes of the module |
| 38-WF1_w_1 | Sprawdzian praktyczny | Ocena studenta na podstawie jego postępów, zaangażowania i aktywności w zajęciach oraz umiejętności w zakresie wybranych dyscyplin sportowych. | 38-WF1_K_1, 38-WF1_K_2, 38-WF1_U_1, 38-WF1_U_2, 38-WF1_W_1 |
| 38-WF1_w_2 | Sprawdzian praktyczny | Sprawdzenie wiadomości dot. danej dyscypliny sportu podczas sędziowania i/lub prowadzenia dokumentacji (protokołów) meczy. | 38-WF1_K_1, 38-WF1_U_1, 38-WF1_W_1, 38-WF1_W_2 |
| 38-WF1_w_3 | Mikrolekcja | Ocena wiedzy i praktycznego jej zastosowania w trakcie przeprowadzenia przez studenta fragmentu zajęć. | 38-WF1_K_1, 38-WF1_K_2, 38-WF1_U_1, 38-WF1_U_2, 38-WF1_W_1 |
| 38-WF1_w_4 | Rozmowa kontrolna | Ustny sprawdzian wiadomości dotyczących zagadnień kultury fizycznej oraz istoty wychowania fizycznego w trakcie zajęć. | 38-WF1_K_2, 38-WF1_W_2 |

| 5. Forms of teaching | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------|--|------------------------|---|------------------------|--|
| code | form of teaching | | | required hours of student's own work | | assessment of the learning outcomes of the module |
| | type | description (including teaching methods) | number of hours | description | number of hours | |
| 38-WF1_fs_1 | practical classes | Zajęcia prowadzone są z użyciem poniższych metod: 1. Oglądowe (pokaz, obserwacja) 2. Słowne (opis, objaśnienie, wyjaśnienie) 3. Praktycznego działania: - syntetyczna - nauczanie całego ruchu, - analityczna - rozbić ćwiczenia na fragmenty, - kompleksowa - dzielenie całości na fragmenty i po ich opanowaniu łączenie w całość. | 30 | | | 38-WF1_w_1, 38-WF1_w_2, 38-WF1_w_3, 38-WF1_w_4 |