

|    |                           |  |
|----|---------------------------|--|
| 1. | Nazwa kierunku            | międzynarodowe studia nauk politycznych i dyplomacji   |
| 2. | Wydział                   | Wydział Nauk Społecznych                               |
| 3. | Cykl rozpoczęcia          | 2022/2023 (semestr zimowy), 2023/2024 (semestr zimowy) |
| 4. | Poziom kształcenia        | studia pierwszego stopnia                              |
| 5. | Profil kształcenia        | ogólnoakademicki                                       |
| 6. | Forma prowadzenia studiów | stacjonarna  |

**Moduł kształcenia:** Physical Education

**Kod modułu:** PE

**1. Liczba punktów ECTS:** null

| 2. Zakładane efekty uczenia się modułu |  |                             |                                |
|--|--|-----------------------------|--------------------------------|
| kod                                    | opis   | efekty uczenia się kierunku | stopień realizacji (skala 1-5) |
| PE_K_1                                 | Przestrzega zasad "fair play" na boisku oraz w życiu codziennym.   | MS_1_K03                    | 5                              |
| PE_K_2                                 | Promuje społeczne i kulturowe znaczenie sportu i aktywności fizycznej oraz pielęgnuje własne upodobania z zakresu kultury fizycznej.   | MS_1_K01                    | 4                              |
| PE_U_1                                 | Potrafi poprawnie wykonać elementy techniczne z wybranej dyscypliny sportowej. Potrafi z powodzeniem zaliczyć test sprawności ogólnej (test Pilicza, test Coopera).  | MS_1_U04                    | 4                              |
| PE_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). | MS_1_U06                    | 4                              |
| PE_W_1                                 | Zna przepisy z zakresu podstawowych gier zespołowych lub innej wybranej dyscypliny sportu, a także ma podstawową wiedzę o organizowaniu zawodów sportowych.  | MS_1_W16                    | 4                              |
| PE_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.                  | MS_1_W16                    | 4                              |

| 3. Opis modułu |   |
|----------------|---|
| <b>Opis</b>    | 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. 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).  |
| <b>Wymagania wstępne</b> | Dotyczy studentów aktywnie uczestniczących w zajęciach:<br>Głównym wymogiem przyjęcia do grupy jest brak przeciwwskazań zdrowotnych.<br>Posiadanie umiejętności pływania nie jest wymagane.<br>lub<br>Głównym wymogiem przyjęcia do grupy są wskazania lekarskie na określone zajęcia. |

| 4. Sposoby weryfikacji efektów uczenia się modułu |             |  |  |
|---|-------------|--|--|
| kod   | nazwa (typ) | opis   | efekty uczenia się modułu                      |
| PE_w_1  | Zaliczenie  | Weryfikacja efektów uczenia się została dokładnie określona w sylabusie stworzonym dla modułu. | PE_K_1, PE_K_2, PE_U_1, PE_U_2, PE_W_1, PE_W_2 |

| 5. Rodzaje prowadzonych zajęć |                           |  |               |                       |               |   |
|-------------------------------|---------------------------|--|---------------|-----------------------|---------------|---|
| kod                           | rodzaj prowadzonych zajęć |  |               | praca własna studenta |               | sposoby weryfikacji efektów uczenia się |
|                               | nazwa                     | opis (z uwzględnieniem metod dydaktycznych)  | liczba godzin | opis                  | liczba godzin |   |
| PE_fs_1                       | ćwiczenia                 | Zajęcia prowadzone są z użyciem poniższych metod:<br>1. Oglądowe (pokaz, obserwacja)<br>2. Słowne (opis, objaśnienie, wyjaśnienie)<br>3. Praktyczne działania:<br>- syntetyczna - nauczanie całego ruchu,<br>- analityczna - rozbicie ćwiczenia na fragmenty,<br>- kompleksowa - dzielenie całości na fragmenty i po ich opanowaniu łączenie w całość. | 30            |                       |               | PE_w_1                                  |