

Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Wychowanie fizyczne z elementami rehabilitacji ruchowej (Ćw. laboratoryjne), PG_00079444						
Kierunek studiów	Biologia medyczna (O)						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2022 r.		Rok akademicki realizacji przedmiotu		2024/2025		
Poziom kształcenia	I stopnia - licencjackie		Grupa zajęć				
Forma studiów	stacjonarne		Sposób realizacji		na odległość (e-learning)		
Rok studiów	3		Język wykładowy		polski		
Semestr studiów	6		Liczba punktów ECTS		0.0		
Profil kształcenia	ogólnoakademicki		Forma zaliczenia		zaliczenie		
Jednostka prowadząca	Rektor						
Imię i nazwisko wykładowcy (wykładowców)	Odpowiedzialny za przedmiot		mgr Hanna Wesołowska-Szprada				
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu		mgr Ewa Kozak				
			mgr Edward Pawlun				
Formy zajęć	Forma zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Projekt	Seminarium	RAZEM
	Liczba godzin zajęć	0.0	0.0	30.0	0.0	0.0	30
	W tym liczba godzin zajęć na odległość: 30.0						
Aktywność studenta i liczba godzin pracy	Aktywność studenta	Udział w zajęciach dydaktycznych, objętych planem studiów		Udział w konsultacjach		Praca własna studenta	RAZEM
	Liczba godzin pracy studenta	30		0.0		0.0	30
Cel przedmiotu	- kształtowanie potrzeby stałej aktywności fizycznej w ramach prozdrowotnego stylu życia, - upowszechnianie różnych form aktywności ruchowej: sportu, turystyki i rekreacji, rehabilitacji, - kształtowanie ogólnej sprawności fizycznej oraz umiejętności i nawyków ruchowych w zakresie wybranych dyscyplin, - wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego						
Efekty uczenia się przedmiotu	Efekt kierunkowy		Efekt z przedmiotu		Sposób weryfikacji i oceny efektu		

Treści przedmiotu	1. Piłka siatkowa: Postawy siatkarskie Sposoby przemieszczania się po boisku Odbicie piłki oburącz górne i wystawianie Odbicie piłki oburącz dolne, przyjęcie zagrywki i obrona w polu Zagrywka Atak Blok Gra właściwa 1. Piłka koszykowa: Poruszanie się zawodnika bez piłki Kozłowanie Podania i chwyt Rzuty do kosza Gra właściwa 1. Badminton: Ćwiczenia i zabawy z rakieta ,z lotką , z rakieta i lotką Trzymanie rakiet: chwyt uniwersalny, forhendowy, bekhendowy Postawa gotowości Techniki uderzeń Gra uproszczona 1. Unihokej: Gry i zabawy w unihokeju Podstawowe techniki w unihokeju Gra z bramkarzem Gra właściwa 1. Piłka nożna halowa: Poruszanie się na boisku bez piłki. Podstawy techniki specjalnej piłki nożnej: uderzenia, przyjęcia, prowadzenie, drybling. Gra właściwa 1. Elementy rehabilitacji ruchowej: Ćwiczenia oddechowe Ćwiczenia wzmacniające siłę mięśniową Ćwiczenia elongacyjne Ćwiczenia izometryczne Ćwiczenia równoważne Ćwiczenia prawidłowej postawy ciała Ćwiczenia na rowerach rehabilitacyjnych
-------------------	---

	Ćwiczenia relaksacyjne		
Wymagania wstępne i dodatkowe	Brak wymagań		
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	Sposób oceniania (składowe)	Próg zaliczeniowy	Składowa oceny końcowej
	Podstawą zaliczenia jest frekwencja i aktywny udział w zajęciach	100.0%	100.0%
Zalecana lista lektur	Podstawowa lista lektur		
	Uzupełniająca lista lektur		
	Adresy eZasobów		
Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania			
Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu	Nie dotyczy		

Dokument wygenerowany elektronicznie. Nie wymaga pieczęci ani podpisu.