

KARTA OPISU MODUŁU KSZTAŁCENIA		
Nazwa modułu/przedmiotu Wychowanie fizyczne		Kod 1010702221010700003
Kierunek studiów Technologia chemiczna	Profil kształcenia (ogólnoakademicki, praktyczny) ogólnoakademicki	Rok / Semestr 1 / 2
Ścieżka obieralności/specjalność Technologia polimerów	Przedmiot oferowany w języku: polski	Kurs (obligatoryjny/obieralny) obligatoryjny
Stopień studiów: II stopień	Forma studiów (stacjonarna/niestacjonarna) stacjonarna	
Godziny Wykłady: - Ćwiczenia: 15 Laboratoria: - Projekty/seminaria: -	Liczba punktów 1	
Status przedmiotu w programie studiów (podstawowy, kierunkowy, inny) inny	(ogólnouczelniany, z innego kierunku) ogólnouczelniany	
Obszar(y) kształcenia i dziedzina(y) nauki i sztuki nauki techniczne	Podział ECTS (liczba i %) 1 100%	
Odpowiedzialny za przedmiot / wykładowca:		
<p>Wojciech Weiss email: wojciech.weiss@put.poznan.pl tel. 61 6652617 Studium WFIS ul. Jana Pawła II 28, 61-135 Poznań</p>		
Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych:		
1	Wiedza:	Podstawowe wiadomości nt. przepisów gry z siatkówki, koszykówki, tenisa stołowego, piłki nożnej, tenisa ziemnego, pływania, narciarstwa zjazdowego, unihoka, squasha, aerobiku, ergowioseł, wiadomości nt. podstaw i zasad rozgrzewki, zasad wykonywania ćwiczeń siłowych. Wiadomości nt. techniki i taktyki gry, punktacji i określania zwycięstwa walkowerem.
2	Umiejętności:	Podstawowe umiejętności techniczne w zakresie dyscyplin sportowych: gier zespołowych i indywidualnych.
3	Kompetencje społeczne	Umiejętność znoszenia porażki, dążenie do rewanżu w czysty sportowy sposób, poszanowanie sprzętu sportowego, urządzeń sanitarnych oddanych do użytku, posiadanie świadomości dbałości o swoje ciało (sprawność fizyczną i psychiczną)
Cel przedmiotu:		
<p>Dydaktyczny: nauka techniki i taktyki gry, która możliwa będzie do zastosowania w życiu codziennym w okresie zawodowym, nauka zorganizowania meczu, zawodów, turnieju zakładowego z poprawną punktacją i wykonaniem tabeli, sędziowanie.</p> <p>Wychowawczy: poszanowanie rywala, partnera, umiejętność wsparcia, zmobilizowania i zdopingowania partnera, któremu nie wiedzie się w grze, współpraca i poszanowanie sędziego.</p> <p>Zdrowotny: Organizacja czasu wolnego od pracy, spędzanie wolnego czasu efektywnie, dbałość o swoją wydolność i sprawność, wpajanie prawidłowych nawyków higienicznych, wdrażanie prawidłowych standardów dbałości i swój wygląd i prawidłową wydolność, która pozytywnie wpływa na efektywność pracy.</p>		
Efekty kształcenia i odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia		
Wiedza:		
<p>1. Zna technikę wykonywanej czynności w konkretnej dyscyplinie sportu - [-]</p> <p>2. Zna zasady stosowania się do przyjętych reguł gry i rywalizacji - [-]</p> <p>3. Objaśnia reguły i zasady gry, podsumować rywalizację, opracować prostą tabelę turniejową - [-]</p>		
Umiejętności:		
<p>1. Zgodnie z obraną dyscypliną potrafi zaprojektować mini turniej w grach zespołowych lub tenisie stołowym lub ziemnym, przeprowadzić zawody na ergometrze wioślarskim lub podobne zawody w obranej dyscyplinie - [-]</p> <p>2. Potrafi wykorzystywać posiadaną wiedzę w praktyce - [K_U02]</p> <p>3. Potrafi współpracować z partnerem z zespołu, sędzią, organizatorem lub uczestnikiem rywalizacji sportowej - [K_U02]</p> <p>4. Potrafi rozpoznawać sposób, taktykę gry rywala np. czy rywale bronią każdy swego, czy strefą - [-]</p>		
Kompetencje społeczne:		

1. Student powinien być świadomy potrzeby ruchu i aktywności ruchowej - [-]
2. Powinien być odpowiedzialny za podjęte decyzje i działania, odpowiedzialny za partnerów z drużyny. - [K_K04]
3. Powinien być chętny do pomocy zarówno na boisku jak i w życiu codziennym. - [K_K04]
4. Powinien być wrażliwy na niesprawiedliwość, krzywdę, powinien postępować zgodnie z regułami, standardami i obowiązującymi zasadami. - [K_K03, K_K05]

Sposoby sprawdzenia efektów kształcenia

Sposoby sprawdzenia efektów kształcenia zależą od obranej przez studenta dyscypliny:

Koszykówka: Test 5 kół, mini turnieje.

Siatkówka: Sprawdzian z odbić piłki w parach, atak na 3 odbicia, mini turnieje.

Piłka nożna: Test piłkarski, mini turnieje.

Tenis stołowy i ziemny: turniej gry pojedynczej i podwójnej.

Sporty siłowe: test wyciskania, podciągnięć na drążku, ćwiczeń mm brzucha.

Pływanie: test - przepłynięcie określonym stylem na czas.

Narciarstwo, łyżwiarstwo, rolki: - Sprawdzian z umiejętności zjazdu na nartach określoną techniką, umiejętność zmiany kierunku jadąc na łyżwach przekładanką.

Aerobic: opracowanie i wykonanie układu ćwiczebnego przy muzyce.

Ergometr wiosłarski: student potrafi przepłynąć na czas prawidłowo technicznie założony dystans

Squash: turniej

Treści programowe

Treści programowe zależą od obranej przez studenta dyscypliny:

Koszykówka: Doskonalenie rzutów w biegu i w wysoku, nauka zwodów rzutem i minięciem, nauka ataku pozycyjnego 5x0, nauka gry w przewadze 2x1, 3x2, 4x3.

Siatkówka: Doskonaleni odbić piłki w parach, ataku i obrony blokiem pojedynczym, nauka rozgrywania ataku z obiegnięciem, nauka gry blokiem podwójnym i potrójnym.

Piłka nożna: Doskonalenie gry podaj i idź, nauka obrony strefowej, doskonalenie gry w przewadze, małe gry.

Pływanie: Nauka pływania poprawnym stylem: kraul, grzbietowy, klasyczny, delfin z motylkową pracą nóg.

Tenis ziemny i stołowy: Doskonalenie odbić piłki forhendem i bekhendem z uwzględnieniem prawidłowej pracy nóg, nauka gry półwolejem.

Narciarstwo: zjazd pługiem, techniką po slalomie.

Snowboard: doskonalenie techniki jazdy ? trzeba posiadać własną deskę snowboardową.

Ergometr wiosłarski: nauka techniki pływania, trening ukierunkowany na poprawę wytrzymałości i szybkości.

Aerobik: poznawanie nowych kroków i układów choreograficznych i wykorzystanie ich w praktyce,

Sporty siłowe: pozyskanie wiedzy na temat aparatu ruchu człowieka, ćwiczeń na poszczególne partie mięśniowe oraz sposobu konstruowania treningu siłowego.

Literatura podstawowa:

Literatura uzupełniająca:

Bilans nakładu pracy przeciętnego studenta

Czynność	Czas (godz.)	
1. Zajęcia praktyczne w ośrodkach sportu.	15	
2. Samodzielne uzupełnianie wiedzy dotyczącej wybranej dyscypliny sportu	3	
3. Samodzielne treningi w zakresie praktycznym wybranej dyscypliny sportu	7	
4. Konsultacje	5	
Obciążenie pracą studenta		
forma aktywności	godzin	ECTS
Łączny nakład pracy	30	1
Zajęcia wymagające bezpośredniego kontaktu z nauczycielem	20	0

Zajęcia o charakterze praktycznym	15	0
-----------------------------------	----	---