



AKADEMIA SZTUKI

Akademia Sztuki w Szczecinie	
Wydział Architektury Wnętrz i Scenografii	
kierunek:	Architektura Wnętrz
poziom:	Studia I stopnia
forma:	Studia stacjonarne
profil:	Ogólnoakademicki

SYLABUS

A. Informacje ogólne

nazwa przedmiotu		WYCHOWANIE FIZYCZNE	kod	A.I.A4	BLOK OGÓLNOAKADEMICKI	
prowadzący		dr Piotr Lesiakowski, mgr Marek Lesiakowski			e-mail	
rok	I	semestr	1,2		punkty ECTS	-
typ przedmiotu		obowiązkowy			język wykładowy	polski
liczba godzin		wykłady	30+30		suma	30+30
		ćwiczenia				
		warsztaty				
		e-learning				

B. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji

1. Posiadanie podstawowych wiadomości dotyczących prozdrowotnego stylu życia i sprawności fizycznej.
2. Posiadanie podstawowych umiejętności technicznych w zakresie gier sportowych, sportów indywidualnych oraz fitness.
3. Zdolność do prezentowania prospołecznej i prospołecznej postawy.

C. Informacje dotyczące celów przedmiotu

- C1- Kształtowanie potrzeby stałej permanentnej aktywności fizycznej.
C2- Kształtowanie umiejętności planowania i kontroli podejmowanej aktywności fizycznej.

D. Efekty kształcenia dla przedmiotu (EK)

(opis osiągnięć studenta po ukończeniu przedmiotu)

		Efekty kierunkowe	efekty uczenia się dla kwalifikacji na poziomach 6-8 Polskiej Ramy Kwalifikacji wg. Rozporządzenia MNiSW
WIEDZA: absolwent zna i rozumie			
UMIEJĘTNOŚCI: absolwent potrafi			
U1	umie wykonać podstawowe ćwiczenia fizyczne oraz zna podstawy gier zespołowych	AW1_U05	P6S_UO
KOMPETENCJE SPOŁECZNE: absolwent jest gotów do			

D1. Treści programowe					
wykład			ćwiczenia		
semestr I, II					
typ	temat	liczba godz	typ	temat	Liczba godz
Wk	-		Ćws	Gry zespołowe (koszykówka, piłka siatkowa, nożna, ręczna, unihokej): - sposoby poruszania się po boisku - nauka i doskonalenie elementów techniki i taktyki gry - zabawowe formy gry, fragmenty gry, gra szkolna i właściwa - przepisy gry i zasady sędziowania. Fitness, siłownia, tenis stołowy, badminton, lekka atletyka, kulturystyka, taniec, nordic walking, pływanie, kajakarstwo - nauka i doskonalenie techniki z zakresu poszczególnych aktywności ruchowych: - kształtowanie głównych cech psycho – motorycznych jako podstawy rozwojowej (ewaluacji) - wdrażanie do samodzielnego stosowania ćwiczeń fizycznych - organizacja form zabawowych i sportowych w poszczególnych formach aktywności - wzmocnienie głównych grup mięśniowych i mięśni posturalnych - nauka relaksacji	30+30

D2. Powiązanie z badaniami naukowymi/artystycznymi

Temat zadania badawczego/nazwa projektu:

Sposób zapewnienia udziału studentów w prowadzonych badaniach:

E1. Literatura obowiązkowa

E2. Literatura uzupełniająca

1. Bondarowicz M. (1998). Forma zabawowa w nauczaniu sportowych gier zespołowych. Sport i Turystyka. Warszawa
2. Delavier F. (2007). Atlas treningu siłowego. Wydawnictwo PZWL. Warszawa

3. Huciński T. (1996). Vademecum koszykówki. Biblioteka Trenera RCMSzKFIS Warszawa
4. Kuński H. (1985). Podstawy biegu zdrowotnego. S i T. Warszawa
5. Pietrusiak K. (2005). Pływanie nauczanie i doskonalenie TKKF W- wa
6. Rokin B. (2008). Marsz oddechowy KDC
7. Spieszny M., Tabor R., Walczyk L. (2001). Piłka ręczna w szkole. COS Warszawa
8. Socha S. (1997). Lekkoatletyka. Biblioteka trenera COS. Warszawa
9. Talaga J. (1998). Atlas ćwiczeń - taktyka. Ipsylon. Warszawa

F. Forma i warunki zaliczenia przedmiotu

Warunki zaliczenia				Warunki egzaminu		
Zaliczenie bez oceny (każdy semestr) na podstawie aktywnej obecności na zajęciach (wymagane 80% obecności)				-		
Inne:						
ocena celująca (25)	ocena bardzo dobra (21-24)	ocena dobra plus (19-20)	ocena dobra (16-18)	ocena dostateczna plus (14-15)	ocena dostateczna (11-13)	ocena niedostateczna (10)

G. Nakład pracy studenta

Forma aktywności	średnia liczba godzin
godziny kontaktowe z nauczycielem	30+30
przygotowanie do zajęć	
opracowanie materiału po zajęciach	
konsultacje/ egzamin/sprawdzian/przegląd/przesłuchanie	
przygotowanie do egzaminu/przeglądu/przesłuchania	
suma godzin	
liczba punktów ECTS	-

.....
Podpis Autora treści sylabusa

.....
Podpis Osób odpowiedzialnych dydaktycznie

.....
Podpis Przewodniczącego Rady Programowej

.....
Data sporządzenia sylabusa