



Sylabus na rok akademicki: 2020/2021														
Cykl kształcenia 2019-2024														
Opis przedmiotu kształcenia														
Nazwa modułu/przedmiotu	Różne formy aktywności fizycznej- profilaktyka zdrowia- Ultimate Various forms of physical activity - preventive care - Ultimate													
Wydział	Farmaceutyczny													
Kierunek studiów	Analityka Medyczna													
Specjalność														
Poziom studiów	jednolite magisterskie X* I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe <input type="checkbox"/>													
Forma studiów	X stacjonarne <input type="checkbox"/> niestacjonarne													
Rok studiów	II								Semestr studiów:		<input type="checkbox"/> zimowy X letni			
Typ przedmiotu	<input type="checkbox"/> obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru X wolnego wyboru/ fakultatywny													
Język wykładowy	X polski <input type="checkbox"/> angielski <input type="checkbox"/> inny													
* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając <input type="checkbox"/> na X														
Liczba godzin														
Forma kształcenia														
Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Ćwiczenia specjalistyczne - magisterskie (CM)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego-obowiązkowe (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie (Czas pracy własnej studenta)	E-learning (EL)
Semestr zimowy:														
Studium Wychowania Fizycznego i Sportu														
Semestr letni														
Studium Wychowania Fizycznego i Sportu		20											5	
Razem w roku:														
	20												5	

Cele kształcenia: (max. 6 pozycji) C1. Kształtowanie postaw i wartości wobec kultury fizycznej i aktywności ruchowej. C2. Kształtowanie postaw dbania o bezpieczeństwo własne, współwiczających i otoczenia. C3. Doskonalenie umiejętności współpracy w zespole. C4. Doskonalenie umiejętności rozstrzygania dylematów, problemów oraz świadome i odpowiedzialne podejmowanie decyzji. C5. Wytworzenie postaw i wartości takich jak szacunek do pracy własnej i innych, dbania o sprzęt oraz tolerancja poprzez zasady fair play. C6. Poszerzenie wiedzy w zakresie gier zespołowych z innych kręgów kulturowych.													
Macierz efektów uczenia się dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów uczenia się oraz formy realizacji zajęć:													
Numer efektu uczenia się przedmiotowego	Numer efektu uczenia się kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się (formujące i podsumowujące)	Forma zajęć dydaktycznych ** wpisz symbol									
W 01	A.W2.	Student zna i rozumie budowę ciała ludzkiego w podejściu topograficznym oraz czynnościowym (układ kostno-stawowy, układ mięśniowy, układ krążenia, układ oddechowy, układ pokarmowy, układ moczowy, układy płciowe, układ nerwowy, narządy zmysłów, powłoka wspólna);	Test wiedzy, prezentacja, odpowiedź ustna, dyskusja.	SE									
W 02	C.W7.	Student zna i rozumie zależności pomiędzy stylem życia a zdrowiem i chorobą oraz społeczne uwarunkowania i ograniczenia wynikające z choroby;											
W03	C.W8.	Student zna i rozumie rolę stresu w etiopatogenezie i przebiegu chorób oraz sposoby radzenia sobie ze stresem;											
W04	C.W12	Student zna i rozumie zasady, zadania oraz główne kierunki działań w zakresie promocji zdrowia, ze szczególnym uwzględnieniem znajomości roli elementów zdrowego stylu życia;											
U 01	C.U6.	Student potrafi wpływać na	Pokaz	SE									

U 02	C.U7.	kształtowanie właściwych postaw oraz działań pomocowych i zaradczych, a także stosować metody kierowania zespołem i motywować innych do osiągnięcia celu. Student potrafi motywować innych do zachowań prozdrowotnych;	umiejętności praktycznych, Test sprawności ukierunkowanej, obserwacja bezpośrednia, dyskusja.	
K 01			Obserwacja bezpośrednia, dyskusja.	SE

** WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytorijne; CN - ćwiczenia kierunkowe (niekliniczne); CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CM – ćwiczenia specjalistyczne (mgr); CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; LE - lektoraty; zajęcia praktyczne przy pacjencie - PP; WF - zajęcia wychowania fizycznego (obowiązkowe); PZ- praktyki zawodowe; SK – samokształcenie, EL- E-learning.

Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw:

Wiedza: 2

Umiejętności: 2

Kompetencje społeczne: 5

Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):

Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)	Obciążenie studenta (h)
1. Godziny kontaktowe:	20
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):	5
Sumaryczne obciążenie pracy studenta	25
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu	1
Uwagi	

Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty uczenia się)

Wykłady

Seminaria

1. Zajęcia o charakterze organizacyjnym- omówienie zasad BHP, przedstawienie regulaminów i zasad realizacji oraz zaliczenia przedmiotu. Historia i charakterystyka Ultimate Frisbee.
2. Omówienie odmian i przepisów gry w Ultimate Frisbee. Przedstawienie wzoru rozgrzewki przygotowującej do zajęć z Ultimate Frisbee.
3. Gry, zabawy i ćwiczenia osławiające z dyskiem oraz przygotowujące do gry w Ultimate Frisbee.
4. Nauka podstawowego rzutu dyskiem „frisbee” typu backhand.
5. Nauka rzutu backhand’em z ruchem zwodzącym- pivotowanie.
6. Doskonalenie rzutu dyskiem typu backhand.
7. Nauka gry indywidualnej w fazie bronięcia- krycie każdy swego („man-to-man”).
8. Nauka podstawowego rzutu dyskiem „frisbee” typu forehand.
9. Nauka rzutu forehandem z ruchem zwodzącym – pivotowanie.

10. Doskonalenie rzutu dyskiem typu forehand.
11. Doskonalenie gry indywidualnej w fazie bronięcia- krycie każdy swego („man-to-man”)
12. Nauka rzutu dyskiem „frisbee” typu hammer.
13. Nauka działań grupowych w fazie atakowania- stack.
14. Doskonalenie rzutu dyskiem typu hammer.
15. Doskonalenie działań grupowych w fazie atakowania- stack.
16. Nauka działań grupowych w fazie obrony.
17. Test wiedzy i sprawności- zajęcia kontrolne.
18. Doskonalenie działań grupowych w fazie obrony.
19. Wewnętrz-fakultetowy turniej Ultimate Frisbee 1/2.
20. Wewnętrz-fakultetowy. Turniej Ultimate Frisbee 2/2.

Ćwiczenia

- 1.
- 2.
- 3.

Inne

- 1.
- 2.
- 3.

Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)

1. WFDF Przepisy gry w Ultimate 2017, Polskie Stowarzyszenie Graczy Ultimate, data dostępu 07.05.2020, w: <https://frisbee.pl/przepisy-gry-w-ultimate/>

- 2.
- 3.

Literatura uzupełniająca i inne pomoce: (nie więcej niż 3 pozycje)

1. RULES OF PLAY, World Flying Disc Federation, data dostępu 07.05.2020, w:

<http://www.wfdf.org/sports/rules-of-play>

2. Parinella J., Zaslow Eric (2004) Ultimate Techniques & Tactics, w: Human Kinetics s.195.
3. Gessner D. (2017) Ultimate Glory: Frisbee, Obsession, and My Wild Youth, w: Riverhead s.352

Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...)

Sala seminaryjna, laptop/komputer stacjonarny, rzutnik multimedialny, hala sportowa, boisko do piłki nożnej/park, dyski „frisbee”, znaczniki/szarfy, stożki, pachołki, tyczki, piłki roz.5 lub podobne.

Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu)

Strój sportowy, zmienne obuwie sportowe do gry na powierzchniach płaskich (non marking) lub trawiastych, brak urazów w obrębie kończyn górnych i dolnych, chęć podejmowania nauki i aktywności fizycznej.

Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: (określić formę i warunki zaliczenia zajęć wchodzących w zakres modułu/przedmiotu, zasady dopuszczenia do egzaminu końcowego teoretycznego i/lub praktycznego, jego formę oraz wymagania jakie student powinien spełnić by go zdać, a także kryteria na poszczególne oceny)
 UWAGA! Warunkiem zaliczenia przedmiotu nie może być obecność na zajęciach

1. Obecność na zajęciach (zgodna z regulaminem).
2. Wywiązywanie się z powierzonych zadań podczas zajęć oraz po za nimi.
3. Opanowanie wiadomości z zakresu przepisów gry Ultimate Frisbee w stopniu podstawowym umożliwiającym grę.
4. Opanowanie jednego rodzaju rzutu oraz chwytu dysku „frisbee”.
5. Umiejętność zorganizowania miejsca oraz aktywności ruchowej w stopniu bezpiecznym dla siebie i pozostałych uczestników.
6. Odrabianie zajęć możliwe w innej formie (np. indywidualnie na siłowni lub z inną grupą)

Ocena:	Kryteria oceny: (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem,)
Bardzo dobra (5,0)	
Ponad dobra (4,5)	
Dobra (4,0)	
Dość dobra (3,5)	
Dostateczna (3,0)	

Nazwa i adres jednostki prowadzącej moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu,
ul. Wojciecha z Brudzewa 12a, 51-601 Wrocław, tel. 71 348 65 09 e-mail. swf@umed.wroc.pl

Koordinator / Osoba odpowiedzialna za moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

mgr Adrian Drożdżowski, instruktor, seminarium

Studium Wychowania Fizycznego i Sportu, ul. Wojciecha z Brudzewa 12a, 51-601 Wrocław,
tel. 71 348 65 09 e-mail: swf@umed.wroc.pl

Wykaz osób prowadzących poszczególne formy zajęć: Imię i Nazwisko, stopień/tytuł naukowy lub zawodowy, dziedzina naukowa, wykonywany zawód, forma prowadzenia zajęć .

Adrian Drożdżowski, mgr, Nauki medyczne i nauki o zdrowiu, nauczyciel akademicki, instruktor,
seminarium

Aureliusz Kosendiak, dr, Nauki medyczne i nauki o zdrowiu, nauczyciel akademicki, adiunkt,

seminarium

Jakub Kucharski, magister, Nauki medyczne i nauki o zdrowiu, nauczyciel akademicki, instruktor,
seminarium

Gabriela Jednorąg, dr, Nauki medyczne i nauki o zdrowiu, nauczyciel akademicki, asystent, seminarium

Sara Bajura, mgr, Nauki medyczne i nauki o zdrowiu, nauczyciel akademicki, instruktor, seminarium

Data opracowania sylabusu

07.05.2020

Imię i nazwisko autora (autorów) sylabusu:

mgr Adrian Drożdżowski

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....