Rok akademicki:
2018/19
Jednostka prowadząca:
Instytut Historii WHiDK
Kierunek:
Historia
Grupa specjalności:
Historia - specjalności: doktryny polityczne i prawne, Europa Wschodnia, genealogia, historia Kościoła
Poziom:
studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne
Nazwa przedmiotu:
WF
Nazwa szczegółowa przedmiotu:
Wychowanie fizyczne
(Physical education)
Język:
PL
Typ przedmiotu:
przedmiot podstawowy i kierunkowy
Przedmiot obieralny:
nie
Rok studiów, semestr:
rok I, semestr letni
Wymiar:
ćwiczenia: 30 godz.
Punkty ECTS:
ćwiczenia: 0
Forma zaliczenia:
ćwiczenia: zaliczenie bez oceny
Prowadzący:
ćwiczenia: mgr Michał Znamirowski;
Koordynator sylabusa:
mgr Michał Znamirowski

Sylabus dostępny w ramach:

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Ochrona dóbr kultury (Odk), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Ochrona dóbr kultury (Odk), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Historia sztuki (Hsz), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Historia sztuki (Hsz), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Historia sztuki (Hsz), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Historia sztuki (Hsz), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] teologia kapłańska (T_ksd), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] teologia kapłańska (T_ksd), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] teologia katechetyczno-pastoralna (T_tkp), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] teologia katechetyczno-pastoralna (T_tkp), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] teologia systematyczna (T_ts), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] teologia systematyczna (T_ts), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Turystyka religijna (Tr), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Turystyka religijna (Tr), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Praca socjalna (Ps), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Praca socjalna (Ps), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Praca socjalna (Ps), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Praca socjalna (Ps), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Nauki o rodzinie (Nor), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Nauki o rodzinie (Nor), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Nauki o rodzinie (Nor), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Nauki o rodzinie (Nor), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Filozofia (F), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Filozofia (F), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne/Physical education [na kierunku:] Filozofia (F), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] coaching i doradztwo filozoficzne (F_cidf), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] etyka stosowana (F_es), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] filozofia a chrześcijaństwo (F_fch), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] filozofia systematyczna (F_fs), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] filozofia w nauce (F_fwn), studia drugiego stopnia

(magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Muzyka kościelna (Mk), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Muzyka kościelna (Mk), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Muzyka kościelna (Mk), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr zimowy

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Muzyka kościelna (Mk), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: brak danych;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Prawo kanoniczne (Pk), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr zimowy

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Prawo kanoniczne (Pk), jednolite studia magisterskie, stacjonarne, I rok, semestr letni

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Dziennikarstwo i komunikacja społeczna (Diks), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: dr Łukasz Czekaj;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Dziennikarstwo i komunikacja społeczna (Diks), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: dr Łukasz Czekaj;

- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Dziennikarstwo i komunikacja społeczna (Diks), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: dr Łukasz Czekaj;
- Wychowanie fizyczne [na kierunku:] Dziennikarstwo i komunikacja społeczna (Diks), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: dr Łukasz Czekaj;
- WF [na kierunku:] Archiwistyka i zarządzanie dokumentacją (Aizd), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- WF [na kierunku:] Archiwistyka i zarządzanie dokumentacją (Aizd), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- WF [na kierunku:] Turystyka historyczna (Th), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- WF [na kierunku:] Turystyka historyczna (Th), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr letni
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- WF [na kierunku:] Historia - specjalności: doktryny polityczne i prawne, Europa Wschodnia, genealogia, historia Kościoła (H1), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
    - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: dr Łukasz Czekaj;
- WF [na kierunku:] Historia - specjalności: doktryny polityczne i prawne, Europa Wschodnia, genealogia, historia Kościoła (H1), studia pierwszego stopnia (licencjackie), stacjonarne, I rok,

semestr letni

- [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: dr Łukasz Czekaj;

- WF [na kierunku:] Historia - specjalności: doktryny polityczne i prawne, Europa Wschodnia, genealogia, historia Kościoła (H1), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr zimowy
  - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;
- WF [na kierunku:] Historia - specjalności: doktryny polityczne i prawne, Europa Wschodnia, genealogia, historia Kościoła (H1), studia drugiego stopnia (magisterskie uzupełniające), stacjonarne, I rok, semestr letni
  - [prowadzący ćwiczenia:30h/z/0ECTS]: mgr Michał Znamirowski;

Wymagania wstępne:
Brak przeciwwskazań zdrowotnych do aktywnego uczestnictwa w programowych zajęciach wychowania fizycznego lub skierowanie na zajęcia rehabilitacji.
Cele:
- Zainteresowanie studentów kulturą fizyczną i aktywnością sportową;
- Wdrożenie do systematycznej aktywności fizycznej oraz kształtowanie stałej potrzeby ruchu w dorosłym życiu;
- Zapoznanie z różnymi formami aktywności fizycznej: sport, rekreacja i turystyka, rehabilitacja;
- Wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego studentów;
- Nauczanie i doskonalenie podstawowych elementów technicznych i taktycznych z różnych dyscyplin sportowych;
- Promowanie zdrowego stylu życia;
- Kontrola i ocena poziomu sprawności fizycznej studentów na podstawie przeprowadzonych testów i sprawdzianów;
- Aktywizacja do rywalizacji sportowej na różnych poziomach współzawodnictwa;
- Mobilizacja szczególnie predysponowanych studentów do udziału w zajęciach specjalistycznych grup sportowych.
Treści kształcenia:
T_1 Zasady BHP aktywności fizycznej.

T_2 Nauka podstawowych elementów technicznych i taktycznych w dyscyplinach sportowych.
Efekty kształcenia:
Ew_1 Student zna zasady bezpiecznego korzystania z obiektów, urządzeń, przyrządów związanych z uprawianiem różnych dyscyplin sportu, wie jak przygotować się do danego rodzaju zajęć sportowych, zna swoje predyspozycje i ograniczenia psychofizyczne. Student zna wpływ wysiłku fizycznego na organizm i jego aspekt zdrowotny oraz zna testy i sprawdziany oceniające sprawność fizyczną.

Ew_2 Student zna podstawowe przepisy i elementy techniczno-taktyczne poszczególnych dyscyplin sportowych realizowanych w ramach programu nauczania.

Eu_1 Student potrafi dobrać ubiór i sprzęt do danej dyscypliny sportowej, umie ocenić poziom swojej sprawności fizycznej i umiejętności technicznych oraz potrafi przeprowadzić rozgrzewkę. Student potrafi dobrać poziom wysiłku w celu podniesienia swojej sprawności psychofizycznej oraz kontrolować jej poziom wykonując podstawowe testy i sprawdziany.

Eu_2 Student potrafi wykonać i wykorzystać w praktyce podstawowe elementy techniczno-taktyczne danej dyscypliny oraz zastosować przepisy w niej obowiązujące.

Ek_1 Student współpracuje w zespole , uczestniczy w rywalizacji sportowej, stosuje zasady fair play.

Metody i narzędzia dydaktyczne:

M_1 ćwiczenia praktyczne

M_2 prezentacje multimedialne

M_3 praca w grupach

M_4 ćwiczenia projektowe

M_5 wykład

M_6 konsultacje

Sposoby sprawdzania i warunki zaliczenia:

W_1 Aktywne uczestnictwo w programowych zajęciach wychowania fizycznego na warunkach określonych w regulaminie Międzywydziałowego Studium Wychowania Fizycznego.

W_2 Kolokwium

W_3 Test sprawnościowy

W_4 Gry zespołowe

Lektury podstawowe:

Lektury uzupełniające:

Demel M., Teoria Wychowania Fizycznego, Warszawa 1974.
Kasperczyk T., Poradnik ćwiczeń korekcyjnych, Kraków 1996, Kasper sc.
Sozański H., Teoretyczne podstawy kształtowania sprawności fizycznej w procesie szkolenia sportowego dzieci i młodzieży, Warszawa 1985, Wyd. AWF Warszawa.
Talaga J., A–Z sprawności fizycznej, Warszawa 1995.
Technika i taktyka w grach zespołowych, skrypt AWF Kraków.
Ulatowski T., Teoria sportu, t. I i II., Warszawa 1992, Wyd. AWF Warszawa.
Przepisy w dyscyplinach Polskich Związków Sportowych

Uwagi: