

**Sylabus przedmiotu (modułu) na Wydziale Zdrowia  
Wyższej Szkoły Administracji i Biznesu im. E. Kwiatkowskiego w Gdyni  
w roku akademickim 2021/22**

**1. Informacje o przedmiocie (module) według Planu studiów na kierunku: Finanse i rachunkowość**

[illegible]

## 2. Zadania nauczyciela

**Cele kształcenia przedmiotu:**

Podnoszenie sprawności fizycznej i wydolności organizmu, poprawa postawy ciała, przyzwyczajanie do systematycznych ćwiczeń; nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem, uczestnictwo we współzawodnictwie sportowym, doskonalenie umiejętności współpracy w zespole.

Symbol efektu uczenia się dla przedmiotu	Efekty uczenia się - przedmiotowe	Odniesienie do efektów uczenia się dla kierunku <b>Finanse i rachunkowość</b>
<b>Wiedza</b>		
<b>W_01</b>	W zaawansowanym stopniu zna oraz rozumie podstawowe pojęcia z zakresu kultury fizycznej oraz potrafi ocenić własną kondycję fizyczną	FIR_W06
<b>Umiejętności</b>		
<b>U_01</b>	Potrafi samodzielnie dbać o zachowanie dobrej kondycji fizycznej.	FIR_U03
<b>Kompetencje społeczne</b>		
<b>K_01</b>	Jest gotów do współdziałania w grupie i przyjmowania różnych zadań w zakresie gier zespołowych.	FIR_K01
Tematy poszczególnych zajęć z podziałem na liczbę godzin		
<b>ĆWICZENIA</b> <b>(zajęcia kształtujące umiejętności praktyczne)</b>		
1cw. - Spotkanie organizacyjne, omówienie zasad bezpieczeństwa oraz warunków zaliczenia (1) 2cw. - Trening biegowy w terenie. Kształtowanie wydolności (2). 3cw. - Trening wzmacniający organizm z wykorzystaniem obciążenia własnego ciała (2). 4cw. - Trening siłowy (nogi, pośladki, brzuch), (2). 5cw. - Marszobieg w terenie (2). 6cw. - Gra w badmintona (2). 7cw. - Trening wzmacniający organizm z wykorzystaniem małych obciążeń (2). 8cw. - Zajęcia jogi (2). 9cw. - Nauka i doskonalenie gry Ultimate. Zasady gry "fair play"(2). 10cw. - Trening siłowy (ramiona, plecy), (2). 11cw. - Gra - "Mini piłka nożna" (2). 12cw. - Piłka nożna (2). 13cw.- Aerobik typu piramida (2). 14cw.- Trening typy siłowy typu piramida (2). 15cw. - Trening wzmacniający organizm z wykorzystaniem obciążenia własnego ciała (2). 16cw. - Trening siłowy (nogi, pośladki, brzuch), (2). 17cw. - Trening biegowy w terenie. Kształtowanie wydolności (2). 18cw. - Marszobieg w terenie (2). 19cw. -Gra w badmintona (2). 20cw. - Trening wzmacniający organizm z wykorzystaniem małych obciążeń (2). 21cw.- Zajęcia jogi (2). 22cw.- Nauka i doskonalenie gry Ultimate. Zasady gry "fair play"(2). 23cw.- Gra - "Mini piłka nożna" (2) 24cw.- Trening wzmacniający organizm z wykorzystaniem małych obciążeń (2). 25cw- Trening siłowy (ramiona, plecy), (2). 26cw.- Zajęcia jogi (2).		

27cw.-Trening wzmacniający organizm z wykorzystaniem obciążenia własnego ciała (2).					
28cw.- Gra w badminton (2).					
29cw.- Trening biegowy w terenie. Kształtowanie wydolności (2).					
30cw.- Doskonalenie gry Ultimate. Zasady gry "fair play"(2).					
31cw.- Aerobik typu piramida (1).					
Metody prowadzenia zajęć	Objaśnienie, pokaz, nauczanie techniki w formie zadaniowej; nauczanie taktyki we fragmentach gry szkolnej i właściwej, przy dostosowaniu form ruchu do możliwości psychofizycznych i zainteresowań studentów z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.				
Literatura obowiązkowa	Nie dotyczy				
Literatura uzupełniająca	Nie dotyczy				
Końcowa ocena wyników pracy studenta nad przedmiotem wymaga syntezy osiągniętych przez niego efektów					
3. Zadania i czas <u>SAMODZIELNEJ</u> pracy studenta					
Wyszczególnienie zadań		Liczba godzin		Punkty ECTS	
		st.	ns.	st.	ns.
Zadania o charakterze teoretycznym		-	-	-	-
Nie dotyczy		-	-	-	-
Zadania kształtujące umiejętności praktyczne		-	-	-	-
Nie dotyczy		-	-	-	-
ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz. i pkt. ECTS		-	-	-	-
4. Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się osiągniętych przez studenta					
Symbol efektu uczenia się	Metody weryfikacji i oceny efektów uczenia się				
W_01	Systematyczny i aktywny udział w zajęciach Sprawdzian indywidualnych umiejętności technicznych				
U_01	Systematyczny i aktywny udział w zajęciach Sprawdzian indywidualnych umiejętności technicznych				
K_01	Systematyczny i aktywny udział w zajęciach Sprawdzian indywidualnych umiejętności technicznych				

**Podstawowe kryteria oceny końcowej:**

Ocena pozytywna wymaga:

- zaliczenia sprawdzianu indywidualnych umiejętności technicznych (30% wartości oceny końcowej)
- systematycznego i aktywnego udziału w zajęciach (70% wartości oceny końcowej)