

**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: **Management**

[illegible]

2. Zadania nauczyciela

Aims of the course:

Increasing physical fitness and the body's efficiency, improving body posture, getting used to systematic exercise; acquiring the ability to deal with stress, participation in sports competition, improving the ability to cooperate in a team.

Symbol efektu uczenia się dla przedmiotu	Efekty uczenia się - przedmiotowe	Odniesienie do efektów uczenia się dla kierunku Logistyka
Wiedza		
W_01	W zaawansowanym stopniu zna oraz rozumie podstawowe pojęcia z zakresu kultury fizycznej oraz potrafi ocenić własną kondycję fizyczną	Z_W01
Umiejętności		
U_01	Potrafi samodzielnie dbać o zachowanie dobrej kondycji fizycznej.	Z_U09
Kompetencje społeczne		
K_01	Jest gotów do współdziałania w grupie i przyjmowania różnych zadań w zakresie kreowania i wspierania postaw innych.	Z_K03
Tematy poszczególnych zajęć z podziałem na liczbę godzin		
ĆWICZENIA (zajęcia kształtujące umiejętności praktyczne)		
1cw. - Organizational meeting, discussion of safety rules and conditions for passing (1) 2cw. - Trail running training. Shaping efficiency (2). 3cw. - Training to strengthen the body using the body's own load (2). 4cw. - Strength training (legs, buttocks, abdomen), (2). 5cw. - Trail run (2). 6cw. - Playing badminton (2). 7cw. - Training to strengthen the body with the use of light loads (2). 8cw. - Yoga classes (2). 9cw. - Learn and improve the Ultimate game. Rules of fair play (2). 10cw. - Strength training (arms, back), (2). 11cw. - The game - "Mini Soccer" (2). 12cw. - Football (2). 13cw.- Pyramid-type aerobics (2). 14cw.- Pyramid-type strength training (2). 15cw. - Training to strengthen the body using the body's own load (2). 16cw. - Strength training (legs, buttocks, abdomen), (2). 17cw. - Trail running training. Shaping efficiency (2). 18cw. - Trail run (2). 19cw. -Play of badminton (2). 20cw. - Training to strengthen the body with the use of light loads (2). 21cw.- Yoga classes (2). 22cw.- Learning and perfecting the Ultimate game. Rules of fair play (2). 23cw.- Game - "Mini soccer" (2) 24cw - Training to strengthen the body with the use of light loads (2). 25cw- Strength training (arms, back), (2).		

26cw.- Yoga classes (2).				
27cw.-Body strengthening training using the body's own load (2).				
28cw.- Playing badminton (2).				
29cw.- Cross-country running training. Shaping efficiency (2).				
30cw.- Improving the Ultimate Game. Rules of fair play (2).				
31cw.- Pyramid-type aerobics (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)