

Zamiejscowy Wydział Leśny w Hajnówce					
Nazwa programu kształcenia (kierunku)	Leśnictwo		Poziom i forma studiów studia I stopnia stacjonarne		
Specjalność:	Gospodarowanie na obszarach przyrodniczo cennych		Ścieżka dyplomowania:	ogólnoakademicka	
Nazwa przedmiotu:	wychowanie fizyczne		Kod przedmiotu:	L1001	
Rodzaj przedmiotu:	obowiązkowy	Semestr: I	Punkty ECTS	1	
Liczba godzin w semestrze:	W -	C- 30	L-	P-	Ps- S-
Przedmioty wprowadzające	Wpisz przedmioty lub "-"				
Założenia i cele przedmiotu:	Rozwijanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających dobremu samopoczuciu i pozytywnej adaptacji do zadań codziennego życia. Poznanie elementów techniki i taktyki w wybranych indywidualnych i zespołowych formach aktywności fizycznej. Uświadomienie potrzeby aktywności fizycznej przez całe życie.				
Forma zaliczenia	Zaliczenie na podstawie obecności, ocena nabytych umiejętności i poziom sprawności fizycznej. Na zaliczenie roku dodatkowo międzynarodowy test wytrzymałościowy Coopera.				
Treści programowe:	<u>Grupa I (zajęcia na basenie).</u> <i>I. Czynności podstawowe - zanurzanie głowy i otwieranie oczu pod wodą, opanowanie oddychania w wodzie, opanowanie poślizgów na piersiach i grzbiecie, proste skoki do wody.</i> <i>II. Nauka pływania - nauczanie: ruchów nóg do kraula na grzbiecie i piersiach, ruchów ramion do kraula na grzbiecie i piersiach, skoków do wody głębokiej, koordynacja ruchów ramion i nóg w kraulu na grzbiecie i piersiach, opanowanie prostych skoków na główkę oraz nurkowania.</i> <i>III. Nauczanie technik sportowych - nauczanie: koordynacji ruchów ramion, nóg i oddechu w kraulu na plecach i piersiach, - ruchów nóg do żabki na piersiach, - ruchów rąk do nauczania żabki, - nauczanie skoku startowego.</i> <u>Grupa II i III (gry zespołowe siatkówka i piłka nożna)</u> <i>I. Siatkówka - nauczanie postawy siatkarskiej i poruszania się po boisku, odbić sposobem oburącz górnym i dolnym, odbić sytuacyjnych, zagrywki tenisowej, przyjęć zagrywki, zbitcia tenisowego, bloku i taktyki gry,</i> <i>II. Piłka nożna - doskonalenie elementów techniki i taktyki: uderzeń, podań piłki nogą i głową, strzałów do bramki, prowadzenia piłki, czynności atakowania i bronienia, stosowania dwóch sposobów atakowania i bronienia.</i>				
Efekty kształcenia	Zapisać minimum 4, maksimum 8 efektów kształcenia zachowując kolejność: wiedza-umiejętności-kompetencje. Każdy efekt kształcenia musi być weryfikowalny.		Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia		
EK1	Opanuje style pływackie: kraul na grzbiecie i piersiach oraz klasyczny.		L1_W01		
EK2	Opanuje podstawowe elementy nurkowania i skoków do wody.		L1_U01		

EK3	Nabędą podstawowe umiejętności techniczne w grach zespołowych	L1_K01	
EK4	Nabędzie umiejętności współpracy w zespole.	K1_K07, L1_K08	
Bilans nakładu pracy studenta (w godzinach)	Zajęcia praktyczne na basenie	15x1h=	15
	Zajęcia praktyczne na sali sportowej	15x1h=	15
	zaliczenie sprawnościowe na basenie	1h=	1
	zaliczenie sprawnościowe na sali sportowej	1h=	1
		RAZEM:	32
Wskaźniki ilościowe	Nakład pracy studenta związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela: 15+15+1+1	32	ECTS 1
	Nakład pracy studenta związany z zajęciami o charakterze praktycznym: 15+15+1+1	32	1
Literatura obowiązkowa:	<i>Podać nie więcej niż 5 pozycji literatury, w tym co najwyżej 1 pozycję sprzed 2000 roku.</i> <i>1. Autor A.: Tytuł publikacji. Wydawnictwo, miejsce wydania, rok wydania.</i>		
Literatura uzupełniająca:	<i>Podać nie więcej niż 5 pozycji literatury, w tym przynajmniej 1 publikację w języku obcym dostępną w bibliotece PB:</i> <i>1. Autor A.: Tytuł publikacji. Wydawnictwo, miejsce wydania, rok wydania.</i>		
Nr efektu kształcenia	Metoda weryfikacji efektu kształcenia	Forma zajęć (jeśli jest więcej niż jedna), na której zachodzi weryfikacja	
EK1	sprawdzian praktyczny	C	
EK2	Zaliczenie umiejętności pływackich	C	
EK3	Sprawdzian praktyczny	C	
EK4	Sprawdzian praktyczny	C	
Jednostka realizująca:	ZWL PB Hajnówka	Osoby prowadzące:	Roman Wnuczko
Data opracowania programu:	20-02-2012	Program opracował(a):	mgr Roman Wnuczko