Karta przedmiotu

Cz. 1

Informacje ogólne o przedmiocie			
1. Kierunek studiów: Elektroradiologia		**2. Poziom kształcenia:** I stopień/profil praktyczny **3. Forma studiów:** studia stacjonarne	
4. Rok: I, II / cykl 2025-2028		**5. Semestr**: I, II, III, IV	
6. Nazwa przedmiotu: Wychowanie fizyczne			
7. Status przedmiotu: obowiązkowy			
8. Cel/-e przedmiotu Zna wiadomości z zakresu sposobów regulowania masy ciała i modelowania sylwetki. Potrafi zmobilizować siebie i innych do postaw prozdrowotnych. **Efekty uczenia się/odniesienie do efektów uczenia się** zawartych w *(właściwe podkreślić)*: standardach kształcenia (Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego)/Uchwale Senatu SUM*(podać określenia zawarte w standardach kształcenia/symbole efektów zatwierdzone Uchwałą Senatu SUM)*: w zakresie wiedzy student zna i rozumie: w zakresie umiejętności student potrafi: w zakresie kompetencji społecznych: K_ K01, K_ K09			
9. Liczba godzin z przedmiotu	**60**	**10. Liczba punktów ECTS dla przedmiotu**	**0**
11. Forma zaliczenia przedmiotu: zaliczenie			
12. Sposoby weryfikacji i oceny efektów uczenia się			
Efekty uczenia się	Sposoby weryfikacji	Sposoby oceny*/zaliczenie	
W zakresie wiedzy	-	-	
W zakresie umiejętności	-	-	
W zakresie kompetencji	Obserwacja	Obecności i aktywne uczestnictwo w zajęciach	

* w przypadku egzaminu/zaliczenia na ocenę zakłada się, że ocena oznacza na poziomie:

Bardzo dobry (5,0) - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i znacznym stopniu przekraczają wymagany poziom

Ponad dobry (4,5) - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte i w niewielkim stopniu przekraczają wymagany poziom

Dobry (4,0) – zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na wymaganym poziomie

Dość dobry (3,5) – zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na średnim wymaganym poziomie

Dostateczny (3,0) - zakładane efekty uczenia się zostały osiągnięte na minimalnym wymaganym poziomie

Niedostateczny (2,0) – zakładane efekty uczenia się nie zostały uzyskane.

Budowanie zaufania i pokonywanie lęków poprzez współpracę z partnerem.	2
Elementy ćwiczeń terapeutycznych (kinezyterapia) i relaksacja.	2
Integracja poprzez gry i zajęcia rekreacyjne.	4
Rozwijanie sprawności aerobowej poprzez gry i ćwiczenia biegowe.	2
Siatkówka - gry i zajęcia rekreacyjne.	2
Siatkówka plażowa - dyscyplina sportowa i rekreacyjna.	2
Koszykówka – doskonalenie elementów technicznych w grach i zabawach.	2
Koszykówka – „streetball" jako forma rekreacji ruchowej.	2
Aktywność fizyczna w pierwszym, drugim, trzecim trymestrze ciąży.	2
Aktywność fizyczna mająca na celu zmniejszenie dolegliwości ciążowych.	2
24.4. Ćwiczenia kliniczne	-
24.5. Zajęcia praktyczne	-
24.6. Symulacje niskiej wierności	-
24.7. Symulacje wysokiej wierności	-
24.8. Samokształcenie*	-

25. Bilans punktów ECTS: **

AKTYWNOŚĆ	LICZBA GODZIN/NAKŁAD PRACY STUDENTA
Godziny zajęć wg planu z nauczycielem (kontaktowe)	**60**
Przygotowanie do różnych form zajęć	
Udział w konsultacjach	
Czas na wykonanie projektu/dokumentacji/samokształcenie	
Samokształcenie*	
Przygotowanie do egzaminu	
Udział w egzaminie	
Zajęcia Praktyczne	
Praktyki zawodowe	
SUMA GODZIN	**60**
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	**0**

26. Literatura:

1. Bądź sprawny jak lampart,dr Kelly Starrett, Glen Cordoza, Galaktyka, Łódź 2018
2. F. Delavier. Modelowanie sylwetki : atlas ćwiczeń dla kobiet, PZWL Warszawa 2008,
3. T. Stefaniak, Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych cz. I i II, Wrocław 2002.
4. Trześniowski R.: Zabawy i gry ruchowe. WSiP, Warszawa, 2005

27. Kryteria oceny – szczegóły:

Zgodnie z zaleceniami organów kontrolujących.
Zaliczenie przedmiotu - student osiągnął zakładane efekty uczenia się.
Szczegółowe kryteria zaliczenia i oceny z przedmiotu są zamieszczone w regulaminie przedmiotu.

* jeśli wymagane jest standardem kształcenia, treści samokształcenia podaje prowadzący
** wypełnić właściwe zgodnie ze wskazaniami Rady/Komisji Programowej danego kierunku po zatwierdzeniu przez Dziekana

KIEROWNIK
Zakładu Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu
Katedry Adaptowanej Aktywności Fizycznej i Sportu
Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach

dr hab. n. [illegible]drowiu Ryszard Plinta, prof. SUM