

Wydział Nauk o Zdrowiu i Kulturze Fizycznej

kierunek studiów: WYCHOWANIE FIZYCZNE

dyscyplina wiodąca: nauki o kulturze fizycznej

profil kształcenia: ogólnoakademicki

poziom kształcenia: studia I stopnia

numer uchwały Senatu*68/2025/2026 z dnia 23 czerwca 2026 r.

Lp.	Zajęcia	Kierunkowe efekty uczenia się	Treści programowe	Sposoby weryfikacji efektów uczenia się
1.	Pedagogika aktywności ruchowej	K_B2W02,K_B2W03,K_B2W04,K_B2U01,K_B2U03,K_B2K01,K_B2K03	- Pojęcie zdrowia i modele zdrowia (holistyczny i biomedyczny). - Rola rodziny w wychowaniu do aktywności ruchowej. - Możliwości i bariery dla aktywności ruchowej w szkole i rola osobowości nauczyciela, trenera, animatoraaktywności ruchowej. - Rola środowiska lokalnego oraz środków masowego przekazu w wychowaniu społeczeństwa do aktywności ruchowej (profilaktyka zdrowia). - Kształtowanie osobowości młodego człowieka przez uczestnictwo w sporcie i aktywności ruchowej poprzez kluby sportowe i kluby fitness. - Pojęcie i rodzaje aktywności ruchowej (fizycznej) oraz jej znaczenie w poszczególnych okresach ontogenezy. - Rola aktywności fizycznej w profilaktyce przewlekłych chorób degeneracyjnych. - Podstawowe zadania i pojęcia pedagogiki aktywności ruchowej: wychowanie do aktywności ruchowej i przez aktywność ruchową, samowychowanie do aktywności ruchowej, lekcja. - Wychowanie fizyczne a wychowanie zdrowotne. - Znaczenie czasu wolnego dla współczesnego człowieka i wychowawcze funkcje czasu wolnego. - Elementy procesu wychowania do uczestnictwa w rekreacji ruchowej: potrzeby, motyw, nawyki, umiejętności, postawy.	Zaliczenia teoretyczne w formie prac pisemnych.
2.	Psychologia aktywności ruchowej	K_B1W01,K_B1W02,K_B1W03,K_B1W04,K_B1W05,K_B1U01,K_B1U02,K_B1U03,K_B1U04,K_B1U05,K_B1U06,K_B1U07,K_B1U08,K_B1K01,K_B1K02	- Przedmiot i zadania psychologii aktywności ruchowej. - Psychologiczna charakterystyka aktywności sportowej i ruchowej. - Aktywność fizyczna jako źródło zaspokajania potrzeb. Postawy wobec sportu i aktywności fizycznej. Postawy prozdrowotne. - Motywacja: Rodzaje motywacji. - Temperament i osobowość a aktywność ruchowa. - Aktywność fizyczna a funkcjonowanie emocjonalne, poznawcze i jakość życia. Stres i metody radzenia sobie z nim. - Psychologiczne uwarunkowania procesu uczenia się i nauczania w aktywności sportowej. - Koncentracja w aktywności fizycznej i sporcie – znaczenie i sposoby kształtowania. - Gra dla zabawy czy gra dla zwyciężania - psychologiczne problemy uczestnictwa w sporcie dzieci i młodzieży. - Wykorzystanie skutecznego komunikowania się w sytuacjach konfliktowych i zdarzeń pedagogicznych zaobserwowanych w pracy nauczyciela wychowania fizycznego (analiza sytuacji doświadczonych w trakcie praktyk).	Test pisemny zawierający pytania zamknięte i otwarte.

3.	Podstawy dydaktyki wychowania fizycznego	K_CW01,K_CW-2,K_CW03,K_CW04,K_CW05,K_CW06,K_CW07,K_Cu01,K_CU02,K_CU03,K_CU04,K_CU05,K_CU06,K_CK01	- Współczesna dydaktyka - jej usytuowanie i relacje z innymi naukami. - Zagadnienia klasy szkolnej (style kierowania klasą, procesy społeczne, integracja klasy szkolnej). - Lekcja wychowania fizycznego jako podstawowe ogniwo szkolnej kultury fizycznej – definicja, rodzaje, typy, toki. Dobór odpowiednich form, metod i zasad. - Współczesne koncepcje nauczania i cele kształcenia (metody nauczania, treści nauczania i organizacja procesu kształcenia). - Nauczyciel wychowania fizycznego – role, funkcje, style pracy, cechy i przymioty, kompetencje, oczekiwania społeczne. Rodzaje czynności nauczyciela. - Ocenianie ucznia z wychowania fizycznego – funkcje, kryteria, zasady. Związki kontroli i oceny z samokontrolą i samooceną.	Zaliczenia pisemne i/lub ustne. Prace pisemne.
4.	Dydaktyka wychowania fizycznego	K_D1W01,K_D1W02,K_D1W03,K_D1W04,K_D1W05,K_D1W06,K_D1W07,K_D1W08,K_D1W09,K_D1W10,K_D1W11,K_D1W12,K_D1W13,K_D1W14,K_D1W15,K_D1U01,K_D1U02,K_D1U03,K_D1U04,K_D1U05,K_D1U06,K_D1U07,K_D1U08,K_D1U09,K_D1U10,K_D1U11,K_D1K01,K_D1K02,K_D1K03,K_D1K04,K_D1K05,K_D1K06,K_D1K07,K_D1K08,K_D1K09	- Założenia i zasady programowania i planowania procesu dydaktycznego (plan, program, podstawa programowa) w szkole podstawowej. - Zasady projektowania procesu kształcenia oraz rozkładu materiału. - Nauczyciel wychowania fizycznego, kompetencje i warsztat pracy. - Metody nauczania (w tym konwencjonalne i niekonwencjonalne) i kształcenia, metodyka realizacji poszczególnych treści kształcenia. - Środki dydaktyczne w tym z zakresu technologii informacyjno-komunikacyjnej i aktywizujące uczniów szkoły podstawowej. - Sposoby organizowania przestrzeni klasy szkolnej. - Rola diagnozy, kontroli i oceniania w pracy dydaktycznej w szkole podstawowej. - Obserwacja i samodzielne prowadzenie lekcji wychowania fizycznego – zastosowanie zdobytej wiedzy, umiejętności praktycznych oraz kompetencji społecznych.	Zaliczenie pisemne w formie kolokwium. Prace pisemne. Zaliczenie praktyczne. Egzamin pisemny lub ustny.
5.	Emisja głosu z elementami komunikacji i kultury języka	K_CW07,K_CU01,K_CU02,K_CU05,K_CU07,K_CU08,K_CK01,K_Kk02	- Głos w aspekcie komunikacyjnym, zawodowym i towarzyskim. - Umiejętności prawidłowego operowania głosem/technika wymowy. - Praca nad głosem w codziennej praktyce pedagogicznej. - Zaburzenia głosu nauczyciela, dobór metod jego usprawniania i trenowania. - Rady dla mówcy w obszarze emisji werbalnej i niewerbalnej. - Zasady higieny głosu/algotrymy postępowania i zarządzania głosem. - Praca nad indywidualną barwą, natężeniem i wysokością głosu oraz prozodią mowy - akcent, melodia, rytm. - Ćwiczenia fonacyjne usprawniające pracę żuchwy, ust i języka. - Ćwiczenia dykcji: poprawne formowanie samogłosek i spółgłosek, praca z tekstem.	Zaliczenia praktyczne. Zaliczenia pisemne.
6.	Teoretyczne podstawy aktywności ruchowej	K_A1W11,K_A1W14,K_A1W15,K_A1W16,K_A1U06,K_A1U08,K_A1K04	- Określanie etapu rozwoju osobniczego człowieka. - Zmiany ontogenetyczne aparatu ruchu w rozwoju człowieka (mięśniowy, nerwów ruchowych i siły, układ kostno-stawowy, postawa ciała, asymetria budowy, rozwój motoryczności człowieka) w kontekście aktywności ruchowej. - Zmiany ontogenetyczne aparatu wegetatywnego w rozwoju człowieka (układ oddechowy, krążenia i krwi, układ pokarmowy) w kontekście aktywności ruchowej. - Zmiany ontogenetyczne w zakresie przemian energetycznych, homeostazy, narządów zmysłu, składu ciała, odporności organizmu oraz hormonalnego sterowania rozwojem. - Znaczenie aktywności fizycznej w kształtowaniu dobrostanu zdrowia człowieka na różnych etapach jego rozwoju. - Dysfunkcje aparatu ruchu w ontogenezie. - Wybrane zagadnienia - system szkolenia sportowego dzieci i młodzieży.	Karta pracy z opracowanego zagadnienia. Test pisemny.

7.	Język obcy	K_A1W01,K_A1U15,K_A1K02	ZAGADNIENIA GRAMATYCZNE: - czasy gramatyczne (future simple, present simple, present continuous, past simple, past continuous, present perfect simple, present perfect continuous, used to, past perfect) - czasowniki statyczne i dynamiczne (action and non-action verbs) - formy dzierżawcze tzw. possessives ('s, of, own) - tryb warunkowy: typu 0, 1, 2, - przyimki (prepositions of place, prepositions of movement, dependent prepositions) - strona bierna (the passive) ZAGADNIENIA LEKSYKALNO- KONWERSACYJNE: - podróżowanie, wakacje - sklepy i usługi, restauracja, zakupy przez Internet, zakupy w sklepie lokalnym / supermarkecie, etc. - studia, praktyki studenckie, praca; życie na wsi a życie w mieście - sport (rodzaje ćwiczeń, sprzęt sportowy), zabiegi pielęgnacyjne	Zaliczenie pisemne i ustne w formie prac etapowych (testy / kolokwia leksykalne, gramatyczne, rozumienie tekstu pisanego, rozumienie tekstu słuchanego) prezentacje, odpowiedź ustna. Egzamin pisemny.
8.	Technologia informacyjna w kulturze fizycznej	K_A1W03,K_A1W19,K_A1W20,K_A1U13,K_A1K03	- Informatyka sportowa (geneza, dyscypliny pokrewne, dane, narzędzia). - Media a sport. - Ochrona danych a inżynieria społeczna. - Biały wywiad w sporcie: OSINT. - Transformacja cyfrowa: sport w społeczeństwie 4.0 i 5.0. - Bezpieczeństwo pracy w sieci i rozwiązania chmurowe. - Jak korzystać na studiach z ChatGPT – praca z czatbotami akademickimi. - Praca z arkuszem kalkulacyjnym i językiem Python jako narzędziami dla informatyki sportowej.	Zaliczenie pisemne: test z wiedzy teoretycznej Zaliczenie praktyczne: praca na komputerze - napisanie instrukcji dla czat bota (np. Perplexity), zaliczanie czasu pracy (arkusz kalkulacyjny).
9.	Anatomia funkcjonalna	K_A1W08,K_A1W09,k_A1U14,K_A1K04	- Kręgosłup (kręgi, rodzaje połączeń w kręgosłupie). Klatka piersiowa (kości i ich połączenia). - Budowa czaszki. Połączenia kręgosłupa z czaszką. - Kończyna górna (kości i ich połączenia). - Kończyna dolna (kości i ich połączenia). - Mięśnie tułowia (mięśnie grzbietu, klatki piersiowej i brzucha). - Mięśnie kończyny górnej (mięśnie obręczy kończyny górnej, mięśnie kończyny górnej wolnej). - Mięśnie kończyny dolnej (mięśnie obręczy kończyny dolnej, mięśnie kończyny dolnej wolnej). - Mięśnie głowy i szyi. - Układ nerwowy ośrodkowy: budowa rdzenia kręgowego, budowa mózgowia, drogi układu nerwowego. - Układ nerwowy obwodowy: nerwy czaszkowe i rdzeniowe. Układ nerwowy autonomiczny (część współczulna i przywspółczulna). - Narządy zmysłów (narząd wzroku, narząd przedsionkowo-ślimakowy). - Układ krwionośny (budowa serca, tętnice i żyły krążenia wielkiego i małego). Układ limfatyczny. - Układ wewnętrzwydzielniczy (gruczoły wyłącznie wewnętrzwydzielnicze i mieszane). - Układ oddechowy - podział i funkcja, budowa płuc. - Układ trawienny - budowa i funkcja przewodu pokarmowego; wielkie gruczoły trawienne. - Układ moczowy (budowa funkcja nerek, drogi odprowadzające moczu) i układ płciowy męski i żeński. - Aspekty anatomiczne jako element badań naukowych w dyscyplinie nauk o kulturze fizycznej.	Sprawdzian teoretyczny pisemny/ustny. Sprawozdania pisemne. Realizacja projektu. Egzamin pisemny/ustny.

10.	Antropologia	K_A1W01,K_A1W02, K_A1U10,K_A1K02	- Antropologia, znaczenie antropologii dla nauk o kulturze fizycznej; definicje, cele i zadania antropometrii w wychowaniu fizycznym. Rys historyczny antropologii. - Organizacja badań antropometrycznych. - Wybrane płaszczyzny, linie i obszary ludzkiego ciała. Położenie wybranych punktów antropometrycznych przeznaczonych do pomiarów. - Praktyczne pomiary antropometryczne oraz interpretacja wyników. Liczenie wskaźników somatycznych: BMI, AMC, WHR, FM i innych oraz ich interpretacja. - Ocena typu budowy ciała metodą Sheldona w modyfikacji Heath i Carter. - Wyznaczenie komponentów ciała ludzkiego (przy pomocy podstawowych narzędzi antropometrycznych) i porównanie ich z wynikami pomiarów dokonanych przy pomocy wagi np. typu TANITA. - Budowa ciała a wynik sportowy. - Czynniki rozwoju osobniczego (genetyczne i środowiskowe). - Wpływ aktywności ruchowej na budowę ciała i procesy rozwoju biologicznego. - Antropologiczne aspekty współzawodnictwa sportowego osobników różnych ras.	Zaliczenia praktyczne weryfikujące założone efekty kształcenia w postaci wykonania pomiarów antropometrycznych. Zaliczenie teoretyczne w formie pracy pisemnej (sprawdzian).
11.	Biochemia	K_A1W06,K_A1U12,K_A1K04	- Budowa podstawowych związków biochemicznych: białek, węglowodanów, lipidów, kwasów nukleinowych. - Cykle biochemiczne. - Metabolizm komórkowy. - Biochemia niektórych tkanek i narządów. - Podstawy enzymologii.	Karty ćwiczeń. Kolokwium zaliczeniowe w formie pisemnej - test wielokrotnego wyboru.
12.	Fizjologia wysiłku fizycznego	K_A1W05,K_A1W06, K_A1W09,K_A1W11,K_A1W13,K_A1W16,K_A1W17,K_A1U06,K_A1U10,K_A1U12,K_A1K01,K_A1K04,K_A1K05	- Podstawowe parametry i pojęcia z zakresu fizjologii wysiłku fizycznego. - Podstawy fizjologiczne treningu fizycznego w różnych grupach wiekowych. - Wpływ układu nerwowego na kontrolę i nauczanie ruchu. - Wpływ wysiłku fizycznego na termoregulację człowieka. - Wpływ wysiłku fizycznego na układ oddechowy człowieka. - Wpływ wysiłku fizycznego na parametry krwi. - Wpływ dynamicznego i statycznego wysiłku fizycznego na układ krążenia. - Wpływ wysiłku fizycznego na mięśnie szkieletowe i mięśnie gładkie. - Zmęczenie jako proces fizjologiczny. - Doping w sporcie. WADA i system antydopingowy.	Zaliczenie teoretyczne (praca pisemna) weryfikujące efekty w zakresie umiejętności. Zaliczenie praktyczne weryfikujące efekty w zakresie umiejętności i kompetencji (wykonanie testów wysiłkowych i posługiwanie się aparaturą badawczą). Egzamin pisemny.
13.	Teoria wychowania fizycznego	K_A1W01,K_A1W03,K_A1U09,K_A1K01,K_A1K05,K_A1K07	- Kultura a kultura fizyczna. Kultura fizyczna jako ogół wartości i zachowań człowieka. - Wychowanie fizyczne jako międzypokoleniowy przekaz wzorów i zachowań wobec ciała. - Ewolucja poglądów na temat istoty i celów wychowania fizycznego. - Kształtowanie się różnych myśli w od końca XVIII wieku. - Proces wsi i funkcje. - Czynniki w wychowaniu fizycznym. - Warunki osobnicze i pozaoosobnicze wychowania fizycznego. - Antropometria w wychowaniu fizycznym. Wiek rozwojowy a kalendarzowy. - Pomiary sprawności fizycznej. - Mierniki sprawności motorycznej. - Zdolności motoryczne.	Egzamin pisemny w formie testu.
14.	Antropomotoryka	K_A1W05,K_A1W10,K_A1U09,K_A1K05,K_A1K08	- Rozwój człowieka w ontogenezie. Periodyzacja ontogenezy. Charakterystyka rozwoju ruchowego (aspekty jakościowe i ilościowe) w poszczególnych etapach ontogenezy. Wiek biologiczny, metody oceny. - Struktura motoryczności człowieka. Wieloaspektowość działań motorycznych. Jakościowe cechy ruchu. - Sprawność fizyczna, definicje. Metody testowania sprawności fizycznej i motorycznej - baterie testów. - Definicja predyspozycji. Podział predyspozycji: morfologiczno – strukturalne, energetyczne, koordynacyjne i psychiczne. - Zdolności motoryczne – definicje i klasyfikacje (wg różnych autorów). Zdolności kondycyjne (siłowe, szybkościowe, wytrzymałościowe) - definicje, predyspozycje, podziały i sposoby pomiaru. - Koordynacyjne zdolności motoryczne – definicje i klasyfikacje wg różnych koncepcji. - Klasyfikacja umiejętności ruchowych. Umiejętności ruchowe a uzdolnienia ruchowe.	Zaliczenie teoretyczne w formie projektu. Egzamin pisemny.

15.	Biomechanika	K_A1W07,K_A1U10,K_A1U14,K_A1K04	- Repetytorium z mechaniki – rozwiązywanie zadań. - Czynniki wpływające na siłę mięśni. - Środek ciężkości i jego znaczenie w biomechanicznej analizie techniki ruchu. - Wyznaczanie środka masy metodą analityczną. - Zastosowanie metod filmowych do analizy kinematyki ruchu ciała człowieka - obliczanie parametrów kinematycznych ruchu człowieka. - Metrologia. - Współczesne metody pomiarowe w biomechanice sportu - Modelowanie. - Biomechaniczna analiza wybranych form ruchu - prezentacja i interpretacja pomiarów własnych studentów.	Zaliczenia praktyczne weryfikujące założone efekty kształcenia w postaci wyznaczenia środka ciężkości na zdjęciu. Zaliczenie teoretyczne w formie pracy pisemnej (sprawdzian).
16.	Edukacja zdrowotna	K_A1W04,K_A1W05,K_A1W14,K_A1U02,K_A1U08,K_A1U09,K_A1K01,K_A1K08,K_A1K09	- Pojęcie zdrowia w różnych kontekstach, zdrowie w ujęciu tradycyjnym i integralnym, wielowymiarowość zdrowia. - Umiejętności życiowe jako podstawa wychowania do zdrowia, uwarunkowania i samoocena. - Coaching w edukacji: coachingowe metody, strategie nauczania i wychowania do umiejętności życiowych i zdrowia w ujęciu integralnym. - Znaczenie aktywności fizycznej w profilaktyce oraz w ograniczeniu stosowania substancji psychoaktywnych. - Racjonalne spędzanie czasu wolnego, gospodarowanie czasem. - Mierniki zdrowia (pozytywne i negatywne). Zastosowanie przez nauczyciela w podstawowych technik badawczych do oceny zdrowia i jego pozytywnych mierników. - Efekty prozdrowotnej aktywności fizycznej w procesie kształtowania sprawności i wydolności fizycznej. Trening zdrowotny – ogólne zasady stosowania ćwiczeń. - Edukacja zdrowotna w szkole-praca nauczyciela ukierunkowana na doskonalenie jakości życia uczniów. Analiza wyników badań naukowych B. Wolny. - Ognia procesu edukacji zdrowotnej. Kompetencje edukatora zdrowia. Nauczyciel wychowania fizycznego jako edukator zdrowia w ujęciu integralnym. - Szkolna edukacja zdrowotna jako fundament podstawy programowej wychowania fizycznego. Analiza treści dotyczących edukacji zdrowotnej w podstawie programowej wychowania fizycznego na poszczególnych etapach edukacyjnych. - Realizacja zadań naukowych w zakresie edukacji zdrowotnej dotyczących samooceny aktywności fizycznej, zdrowia i umiejętności życiowych.	Zaliczenia teoretyczne w formie prac pisemnych.
17.	Pierwsza pomoc przedmedyczna	K_A1W12,K_A1W13,K_A1W18,K_A1U07,K_A1K02,K_A1K03,K_A1K05,K_A1K10	- Rola i funkcje zasad udzielania pierwszej pomocy. - Znaczenie podstaw prawnych udzielania pierwszej pomocy w Polsce. - Znaczenie i przeciwdziałanie nagłemu zatrzymaniu krążenia i RKO. - Stany zagrożenia życia wynikające z przyczyn zewnętrznych. - Metody, środki, formy postępowania w wybranych stanach zagrożenia.	Zaliczenia praktyczne.
18.	Teoria sportu	K_A1W05,K_A1W12,K_A1W13,K_A1U01,K_A1U12,K_A1K02,K_A1K07,K_A1K09	- Teoria sportu jako interdyscyplinarna nauka o sporcie. - Sport jako zjawisko kulturowe, społeczne i biologiczne (jego funkcje i miejsce w kulturze fizycznej); - Dobór i selekcja w sporcie. - Sport dzieci i młodzieży – udział i specyfika szkolenia sportowego. - Struktura treningu sportowego – elementy składowych wieloletniego procesu treningowego (struktura rzeczowa i czasowa).	Zaliczenie - przygotowanie prezentacji z wyznaczonego tematu. Egzamin pisemny - test z pytaniami otwartymi.
19.	Zabawy i gry ruchowe	K_A1W01,K_A1W03,K_A1W10,K_A1W11,K_A1U01,K_A1U02,K_A1U10,K_A1K05,K_A1K06,K_A1K11,K_A1K12	- Organizacja zajęć ogólnorozwojowych w oparciu o zabawy i gry ruchowe. - Bezpieczeństwo i higiena na zajęciach z zabaw i gier ruchowych. - Metodyka nauczania, formy i środki stosowane na zajęciach z zabaw i gier ruchowych. - Poznanie pomocy i sprzętu sportowo-rekreacyjnego do prowadzenia zajęć zabaw i gier ruchowych. - Metody kształtowania zdolności motorycznych oraz nauczania umiejętności ruchowych z wykorzystaniem zabaw i gier ruchowych. - Przedstawienie i omówienie zabaw i gier ruchowych różnego typu –przegląd najnowszych trendów-materiałów z konferencji, publikacji. - Kompetencje komunikacyjne w relacji uczeń-nauczyciel (kierowanie zespołem, instruowanie). - Konstruowanie nowych zabaw i gier ruchowych. - Samodzielne opracowanie i przeprowadzenie zestawu zabaw i gier ruchowych przez studenta- analiza literatury, przygotowanie projektu (ocena organizacji zajęć, wykorzystanie sprzętu sportowo-rekreacyjnego, dyskusja, omówienie i pokaz najlepszych rozwiązań metodycznych).	Zaliczenia praktyczne.

20.	Teoria i metodyka tańca	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W11,K_A1W12,K_A1U01,K_A1U03,K_A1U04,K_A1U10,K_AU11,K_A1K01,K_A1K11,K_A1K12	- Rola i funkcje tańca w zajęciach szkolnych wychowania fizycznego. - Zajęcia taneczne w lekcji wychowania fizycznego (tok lekcji, metody, środki, formy). - Realizacja (wybranych tańców w różnych technikach i stylach tanecznych: a) wiadomości dotyczące tańców: pochodzenie i historia tańca, specyfika wysiłku (charakter przemian energetycznych, intensywność, możliwości kształtowania poszczególnych komponentów sprawności fizycznej oraz efekty zdrowotne). Nazewnictwo oraz terminy taneczne i muzyczne: metrum, tempo, rytm taneczny, akcenty muzyczne. Komunikacja werbalna i niewerbalna. b) ćwiczenia i zabawy rytmiczne, c) nauka i doskonalenie wybranych elementów tanecznych realizowanych tańców: krok podstawowy, figury taneczne, ustawienie i trzymanie w parze (rodzaje), d) metodyka nauczania oraz technika wykonania podstawowych kroków i figur tanecznych, e) Zukłady choreograficzne.	Zaliczenie praktyczne: Prezentacja choreografii realizowanych w ramach zajęć. Odpowiedź ustna z zakresu tematyki zajęć: Prowadzenie rozgrzewki tanecznej.
21.	Historia kultury fizycznej	K_A1W01,K_A1K04	- Wprowadzenie do historii kultury fizycznej. - Kultura fizyczna i sport w starożytności (Egipt, Chiny, Indie, Grecja). - Historia starożytnych igrzysk olimpijskich (Grecja). - Kultura fizyczna w okresie państwa Rzymskiego. - Kultura fizyczna w okresie średniowiecza. - Rozwój systemów wychowania fizycznego i sportu w Europie i na świecie w VIII i XIX. - Kultury fizycznej w Polsce w okresie zaborów. - Kultura fizyczna w Polsce w okresie międzywojennym. - Nowożytne Igrzyska Olimpijskie (tendencje rozwoju kultury fizycznej).	Zaliczenie - przygotowanie prezentacji z wyznaczonego tematu.
22.	Podstawy rekreacji i turystyki	K_A1W05,K_A1W14	- Podstawowe pojęcia i definicje z zakresu czasu wolnego, rekreacji i turystyki. - Historia turystyki i rekreacji w Polsce i na świecie. - Ewolucja rekreacji i postrzegania czasu wolnego na przestrzeni lat. - Funkcje czasu wolnego i aktywności rekreacyjnej. - Turystyka-funkcje, rodzaje, rola turystyki kwalifikowanej. - Turystyka różnych grup społecznych, - Motywy i bariery turystyki i rekreacji – burza mózgów. - Znaczenie rekreacji i turystyki dla zdrowia człowieka-ankieta on-line. - Znaczenie turystyki dla wszechstronnego rozwoju dzieci i młodzieży. - Organizacyjno-prawne podstawy działalności w zakresie rekreacji i turystyki. - Organizacja imprez sportowo-rekreacyjnych (systemy, regulaminy, harmonogramy). - Podstawowe formy rekreacji i turystyki. - Nowe trendy w zakresie turystyki i form rekreacji – analiza najnowszej literatury, materiałów z konferencji.	Zaliczenia pisemne.
23.	Metodologia badań naukowych	K_A1W03,K_A1W09,K_A1U10,K_A1K01,K_A1K08	- wiedza potoczna i naukowa. Pojęcie nauki. Etyka naukowa. - Uniwersalne założenia nauki i jej funkcje i rodzaje. - Podstawowe umiejętności z logiki: definiowanie pojęć, klasyfikacje, porządkowanie, typologie, zdania logiczne. - Proces badawczy: przedmiot i cel badań, problem badawczy, rodzaje problemów badawczych i sposób formułowania, hipotezy badawcze i ich źródła. - Zmienne: pojęcie, rodzaje zmiennych i ich wskaźniki oraz proces operacjonalizacji zmiennych - skale pomiarów. - Sposoby dochodzenia do twierdzeń naukowych. Modele weryfikacji hipotez: korelacyjny i eksperymentalny. - Przedmiot i metody badań – obserwacje jako „królowa” metod badawczych, wywiad, ankieta, eksperyment: laboratoryjny i naturalny, specyficzne metody badań naukowych. - Specyficzne metody badań w dziedzinie kultury fizycznej. - Przygotowanie materiału do analizy oraz opracowanie wyników badań ilościowych i jakościowych. - Formalna i edytorska strona przygotowania tekstów naukowych - organizacja działalności badawczej, układ treści prac teoretycznych i empirycznych.	Zaliczenie pisemne - praca projektowa obejmująca opracowanie metodologii badań empirycznych w obszarze kultury fizycznej.

24.	Żywnienie i suplementacja osób aktywnych fizycznie	K_A1W09,K_A1W14,K_A1U09,K_A1U14,K_A1K09,K_A1K11	- Nauka o żywieniu. Rola i zadania. Człowiek i jego pożywienie. Podstawowe pojęcia i definicje. Zapotrzebowanie organizmu a zalecenia żywieniowe. - Wartość energetyczna pożywienia. Analiza struktury spożycia wybranych produktów spożywczych i ich wpływu na powstawanie nadwagi i otyłości w oparciu o źródła naukowe. - Przemiana materii i energii w organizmie człowieka. - Rola składników pożywienia w organizmie człowieka. Zapotrzebowanie energetyczne człowieka. Białka, tłuszcze, węglowodany – rola i przemiany, źródła w żywieniu. Spożycie a zdrowie. Zapotrzebowanie organizmu. - Rola składników pożywienia w organizmie – witaminy i składniki mineralne. - Sposób odżywiania i stan odżywienia ludności w różnych grupach populacji. Ocena zasad racjonalnego żywienia w różnych grupach populacji w świetle najnowszych doniesień naukowych. - Suplementy diety - jako szczególny rodzaj żywności. Analiza publikacji (doniesień) naukowych z zakresu oceny składu suplementów diety oraz ich stosowania w grupie sportowców.	Zaliczenie w formie sprawozdania. Egzamin pisemny w formie testu.
25.	Kinezylogia	K_A1W15	- Sprawność funkcjonalna i wydajność układu ruchu. - Analiza kinezylogiczna czynności ruchowej - opis, ocena, korekta. - Struktura układu nośnego człowieka. Otwarte i zamknięte łańcuchy kinematyczne w różnych czynnościach ruchowych. - Interpretacja i analiza czynnościowa prostych i złożonych ruchów człowieka. - Metody ilościowe i jakościowe oceny ruchu. Narzędzia badania ruchu. - Czynność statyczna i dynamiczna mięśnia. Mechanika mięśni, dźwignie kostno-stawowe. - Rola układu mięśniowego i kostno-stawowego w odniesieniu do postawy ciała. - Przegląd wybranych, aktualnych doniesień naukowych z zakresu kinezylogii.	Zaliczenie teoretyczne w formie testu.
26.	Dydaktyka ćwiczeń kształtujących	K_A1W01,K_A1W15,K_A1W16,K_A1U03,K_A1U06,K_A1K05,K_A1K06,K_A1K10	- Rola i zadania ćwiczeń kształtujących. - Systematyka ćwiczeń kształtujących. - Ćwiczenia wolne indywidualne. - Ćwiczenia ze współćwiczącym z ukierunkowaniem na rozwój wybranych zdolności motorycznych. - Ćwiczenia z przyborami - ukierunkowane na rozwój wybranych zdolności motorycznych. - Ćwiczenia z przyrządami typu szwedzkiego (ławeczki, drabinki) - ukierunkowane na rozwój wybranych zdolności motorycznych.	Zaliczenia praktyczne. Zaliczenie pisemne.
27.	Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej	K_A1W10,K_A1W11,K_A1U01,K_A1U10,K_A1K05,K_A1K06	Organizacja zajęć z gier i zabaw w gimnastyce korekcyjnej: - bezpieczeństwo i higiena na zajęciach z gier i zabaw w gimnastyce korekcyjnej, - rola ćwiczeń oddechowych w grach i zabawach. Dobór gier i zabaw w korygowaniu wad postawy w obrębie tułowia i kończyn dolnych w zależności od miejsca ćwiczeń i wieku dzieci: - znaczenie oraz dobór w grach i zabawach w gimnastyce korekcyjnej pozycji wyjściowych, - sposoby poruszania się. Zabawy i ćwiczenia wyrabiające nawyk przybierania postawy prawidłowej. Zabawy i ćwiczenia usprawniające dla dzieci z obniżoną sprawnością fizyczną. Plecy okrągłe, plecy wklęsłe, plecy wklęsło-okrągłe, boczne skrzywienie kręgosłupa, wady statyczne kończyn dolnych: opis wady, schemat postępowania korekcyjnego, dobór gier i zabaw w zależności od miejsca ćwiczeń i wieku dzieci.	Zaliczenia praktyczne. Zaliczenie pisemne w formie testu.
28.	Ćwiczenia ruchowe w gimnastyce korekcyjnej	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W11,K_A1U03,K_A1U06,K_A1K01,K_A1K08	- Program ćwiczeń ruchowych w gimnastyce korekcyjnej; literatura naukowa i dydaktyczna. - Proces korygowania wad postawy, zasady trójtorowego postępowania korekcyjnego. - Postawa ciała i metody jej oceny, sposoby usprawniania dzieci wymagających ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych; Ocena własnej postawy ciała. Wypełnienie karty badań-praca badawcza.Naukowa interpretacja wyników. - Podstawy anatomiczne ruchu korekcyjnego - układ kostny i mięśniowy. Anatomiczne, biomechaniczne i fizjologiczne podstawy ćwiczeń korekcyjnych; wpływ ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych na kształtowanie siły i gibkości oraz mechanizm ich działania. - Problemy związane z postawą ciała i ich uwarunkowania. - Klasyfikacja wad postawy ciała. Plecy okrągłe, wklęsłe, wklęsło-okrągłe, płaskie, inwersja krzywizn, skoliozy, deformacje klatki piersiowej (klatka piersiowa kurza i lejkowata), wady kończyn dolnych (koślawość i szpotawość kolan, wady stóp) -etiologia, charakterystyka, mięśnie skrócone i wydłużone, osłabione i nadmiernie napięte, podział, ćwiczenia zalecane i przeciwwskazane. - Metoda projektu-sposób realizacji kolejnych etapów metody, zastosowanie technologii informacyjnej w pracy nauczyciela gimnastyki korekcyjnej. - Zestawy ćwiczeń szkolnych i domowych skierowane na korygowanie różnych wad postawy, analiza i praca twórcza nauczyciela. - Projekt zespołowy z zastosowaniem technik multimedialnych, charakterystyka wybranych wad postawy, praca twórcza- program ćwiczeń domowych korygujących określoną wadę. - Interpretacja treści z naukowych źródeł angielskich dotyczących wad postawy i kształtowania nawyku prawidłowej postawy ciała.	Zaliczenie w formie prac programowych. Egzamin pisemny w formie testu - pytania otwarte.

29.	Ćwiczenia korekcyjne w wodzie	K_A1W10,K_A1W11,K_A1W17,K_A1U01,K_A1U10,K_A1K05,K_A1K06	- Ćwiczenia korekcyjne w wodzie – podstawowe pojęcia i definicje. - Wpływ czynników mechanicznych działających na ciało zanurzone w wodzie. - Praca mięśni podczas pływania poszczególnymi stylami sportowymi. - Wskazania i przeciwwskazania do prowadzenia zajęć w wodzie, zasady higieny i bezpieczeństwa podczas zajęć na basenie oraz znaczenie korekcji na zajęciach - Przygotowanie, organizacja i prowadzenie zajęć korekcyjno-kompensacyjnych w zależności od rodzaju wady postawy i dysfunkcji ruchu, składu i liczebności grupy, rodzaju i ilości przyborów oraz umiejętności pływackich ćwiczących.	Zaliczenie praktyczne - przygotowanie, organizacja i prowadzenie zajęć korekcyjno-kompensacyjnych w zależności od rodzaju wady postawy i dysfunkcji ruchu - ćwiczenia. Przygotowanie prezentacji.
30.	Podstawy fizjoterapii	K_A1W10,K_A1W11,K_A1U10,K_A1K01,K_A1K02	- Wprowadzenie w zagadnienia fizjoterapii. - Ogólne działanie zabiegów fizjoterapeutycznych. - Metody stosowania tak zwanego suchego i wilgotnego ciepła. - Leczenie zimnem – krioterapia. - Zabiegi z wykorzystaniem ciśnienia hydrostatycznego wody, kąpiele z ćwiczeniami ruchowymi (hydrogimnastyka), masaż podwodny, kąpiele wirowe, tlenowe, perełkowe z dodatkiem roślin, zabiegi z wykorzystaniem hydrodynamicznego ciśnienia wody.. - Balneoterapia - ocena skuteczności wybranych zabiegów fizjoterapeutycznych na wskazany proces chorobowy w świetle najnowszych doniesień naukowych. - Zabiegi, w których nie wykorzystuje się ciśnienia wody. - Masaż leczniczy, klasyczny, segmentowy, okostnej. - Światłolecznictwo. - Przykłady zabiegów galwanizacyjnych, jonoforeza, elektrostymulacja.	Zaliczenie teoretyczne w formie kolokwium. Przygotowanie prezentacji.
31.	Genetyka sportowa	K_A1W02,K_A1W09,K_A1U14,K_A1K03	- Podstawowe pojęcia z zakresu genetyki. - Typy dziedziczenia. (dziedziczenie jednogenowe i wielogenowe). - Szacowanie udziału genotypu i środowiska w fenotypowym obrazie cechy (krzywa Gausa). - Elementy genetyki molekularnej: a) budowa DNA i proces replikacji; b) mutacje punktowe jako błędy replikacji; c) przebieg transkrypcji i translacji. - Elementy genetyki sportowej: a) markery genetyczne zdolności wysiłkowych oraz przegląd genów kandydujących; b) badania ekspresji genów w naukach o kulturze fizycznej.	Karty ćwiczeń. Kolokwium egzaminacyjne w formie pisemnej - test wielokrotnego wyboru.
32.	Dydaktyka gimnastyki korekcyjnej	K_A1W04,K_A1U01,K_A1U02,K_A1U03,K_A1U04,K_A1U10,K_A1K02,K_A1K09	- Kompetencje nauczyciela gimnastyki korekcyjnej. - Projektowanie, realizacja i ewaluacja dostosowane do indywidualnych potrzeb ucznia; spirala edukacyjna, jako podstawa procesu wychowania fizycznego i gimnastyki korekcyjnej. uniwersalnej dla grupy uczniów z min. trzema różnymi wadami postawy). - Zasady formułowania i operacjonalizowania celów, spójność diagnozy, zadań lekcji głównego i dodatkowych, motywacji, celów operacyjnych i czynności docelowych ucznia. - Strategie i zasady nauczania niezbędne w procesie gimnastyki korekcyjnej, efektywne stosowanie metod w zajęciach gimnastyki korekcyjnej. - Zaprojektowanie lekcji z grupą uczniów z wadami postawy (konspekt w ujęciu czynnościowym-praca własna. - Lekcja gimnastyki korekcyjnej. Konstruowanie tematów lekcji gimnastyki korekcyjnej o charakterze uniwersalnym (prozdrowotnym i utylitarnym). - Konspekt w ujęciu czynnościowym lekcji gimnastyki korekcyjnej-uniwersalny wymiar tematu zajęć. Prowadzenie lekcji gimnastyki korekcyjnej przez studentów. - Plan pracy w ujęciu wynikowym w zakresie gimnastyki korekcyjnej zawierający tematy lekcji o charakterze uniwersalnym (prozdrowotnym lub utylitarnym). - Ergonomia w profilaktyce przeciążeń narządu ruchu- ćwiczenia kontrowersyjne i alternatywne. - Zastosowanie testów funkcjonalnych w praktyce gimnastyki korekcyjnej. Podstawowe testy funkcjonalne - diagnostyka mięśni osłabionych i skróconych. Samodzielne przeprowadzenie przez studentów testów siły i gibkości własnych mięśni za pomocą metod naukowych. Naukowa interpretacja wyników.	Zaliczenia praktyczne. Zaliczenia pisemne w formie testu. Egzamin pisemny.

33.	Nowoczesne formy aktywności ruchowej	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W11,K_A1W12,K_A1U01,K_A1U03,K_A1U04,K_A1U10,K_AU11,K_A1K01,K_A1K11,K_A1K12	- Teoretyczne podstawy wybranej formy aktywności ruchowej - Praktyczna realizacja wybranej formy aktywności ruchowej - Metody, formy oraz zasady stosowane w wybranej formie aktywności ruchowej	Zaliczenia praktyczne.
34.	Teoria i metodyka tańca/ Podstawy teorii i metodyki pracy amatorskich zespołów tanecznych	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W11,K_A1W12,K_A1U01,K_A1U03,K_AU04,K_A1U11,K_A1K01,K_A1K02,K_A1K12	- Realizacja wybranych tańców w różnych technikach i stylach tanecznych: a) podstawowe wiadomości dotyczące wybranych tańców muzyki (metrum, tempo, rytmy taneczne, akcenty muzyczne), b) ćwiczenia i zabawy rytmiczne, c) nauka i doskonalenie wybranych elementów tanecznych realizowanych tańców: krok podstawowy, figury taneczne, ustawienie i trzymanie w parze (rodzaje), d) metodyka nauczania oraz technika wykonania podstawowych kroków i figur tanecznych, e) proste układy choreograficzne. - Prowadzenie zajęć tanecznych przez studentów - opracowane tematy własne.	Zaliczenie praktyczne (prowadzenie zajęć tanecznych, prezentacja choreografii tańców realizowanych w ramach zajęć). Odpowiedź ustna z zakresu tematyki realizowanej w ramach zajęć.
35.	Teoria i metodyka lekkoatletyki	K_A1W10,K_A1W12,K_A1U03,K_A1U08,K_A1K01,K_A1K12	- Charakterystyka lekkoatletyki jako dyscypliny sportu. - Wybrane zagadnienia z historii dyscypliny. - Systematyka lekkoatletyki. Podział na kategorie wiekowe, konkurencje, dystanse, ciężar sprzętu. - Rodzaje zawodów. Organizacja i zasady sędziowania zawodów lekkoatletycznych. - Analiza technik poszczególnych konkurencji. - Technika i metodyka nauczania konkurencji lekkoatletycznych. - Zabawowe formy nauczania lekkoatletyki. - Charakterystyka treningu lekkoatletycznego. - Struktura czasowa i rzeczowa w treningu lekkoatletycznym. - Atletyka terenowa	Zaliczenia praktyczne. Egzamin pisemny.
36.	Teoria i metodyka gimnastyki	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W11,K_A1W12,K_A1U03,K_A1U04,K_A1U05,K_A1U10,K_A1U11,K_A1K01,K_A1K02,K_A1K06,K_A1K11	- Historia powstania i rozwój gimnastyki. - Miejsce i rola gimnastyki w życiu współczesnym, gimnastyka elementem wychowania estetycznego oraz prozdrowotnego stylu życia, kształcąca i usprawniająca walory ćwiczeń gimnastycznych. - Kierunki i rodzaje gimnastyki - słownictwo i systematyka w gimnastyce podstawowej. - Organizacja oraz tok lekcji wychowania fizycznego z gimnastyki. - Zasady, metody, formy i środki stosowane na lekcji wychowania fizycznego z gimnastyki. - Gimnastyczne metody oceny sprawności fizycznej: rodzaje testów oraz interpretacja wyników. - Teoretyczne i praktyczne podstawy treningu gimnastycznego. - Organizacja i sędziowanie zawodów gimnastycznych.	Zaliczenie praktyczne (prowadzenie rozgrzewki gimnastycznej, wykonanie układów gimnastycznych, prowadzenie fragmentu części głównej zajęć gimnastyki, wykonanie układów gimnastycznych). Egzamin pisemny.
37.	Teoria i metodyka pływania	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W12,K_A1U01,K_A1U03,K_AU04,K_A1K01,K_A1K02,K_A1K12	- Historia, ewolucja oraz charakterystyka poszczególnych stylów pływackich. - Przepisy pływania oraz organizacja i bezpieczeństwo zajęć na basenie. - Charakterystyka oraz spocyfika poszczególnych etapów nauczania pływania. - Technika wykonania i metodyka nauczania poszczególnych stylów: grzbiet, kraul, klasyczny i delfin. - Technika wykonania i metodyka nauczania skoku startowego do poszczególnych stylów pływackich. - Technika wykonania i metodyka nauczania nawrotów do poszczególnych stylów pływackich. - Prowadzenie zajęć z pływania w zależności od wieku oraz umiejętności uczących się, miejsca zajęć, rodzaju i ilości przyborów. - Organizacja zajęć z pływania - metody, formy, zasady.	Zaliczenie praktyczne - prowadzenie wybranych fragmentów zajęć z pływania; płynięcie wybranymi stylami pływackimi na czas z uwzględnieniem prawidłowej techniki danegostylu, nawrotu i skoku startowego. Zaliczenia teoretyczne - pisemne przygotowanie wybranych fragmentów zajęć (rok 1 - prowadzenia gier, zabaw i ćwiczeń z pierwszego etapu nauczania pływania; rok 2 i 3 - prowadzenie fragmentów zajęć (rozgrzewki i ćwiczeń) z pierwszego i drugiego etapu nauczania). Egzamin pisemny.
38.	Zespołowe gry sportowe	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W12,K_A1W13,K_A1U12,K_A1K03	- Charakterystyka i specyfika wybranych zespołowych gier sportowych. - Aktualne przepisy wybranych gier sportowych. - Działania indywidualne, grupowe i zespołowe w wybranych grach sportowych. - Organizacja zawodów sportowych w wybranych grach zespołowych. - Podstawowe zasady sędziowania w wybranych grach zespołowych.	Egzamin pisemny z gier zespołowych: zestaw pytań z zakresu Teorii i metodyki piłki ręcznej, Teorii i metodyki piłki nożnej, Teorii i metodyki koszykówki i teorii i metodyki piłki siatkowej.

39.	Teoria i metodyka piłki ręcznej	K_A1W01,K_A1W10,K_A1U01,K_A1U03,K_A1U04,K_A1U10,K_A1K02	- Charakterystyka gry w piłkę ręczną. - Rodzaje piłki ręcznej. - Struktura zajęć piłki ręcznej. - Zajęcia z piłki ręcznej w lekcji wychowania fizycznego w oparciu o program, odpowiednie środki, metody i formy. - Metodyka w nauczaniu techniki i taktyki gry w piłkę ręczną. - Przepisy piłki ręcznej. - Samodzielne opracowanie i przeprowadzenie wybranej części lekcji wf przez studenta- analiza literatury, przygotowanie projektu (ocena organizacji zajęć, wykorzystanie sprzętu sportowo-rekreacyjnego, dyskusja, omówienie i pokaz najlepszych rozwiązań metodycznych).	Zaliczenia praktyczne.
40.	Teoria i metodyka piłki nożnej	K_A1W10<K_A1W11,K_A1U03,K_A1U04,K_A1K01,K_A1K02	- Nauczanie przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie przyjęcia piłki podeszwą - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie odbioru piłki - elementu techniki specjalnej. Nauczanie dryblingu - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie prowadzenia piłki - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie zwodów elementu techniki specjalnej. - Nauczanie gry ciałem - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie uderzenia piłki wewnętrzną częścią stopy - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie uderzenia piłki zewnętrzną częścią stopy - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie uderzenia piłki prostym podbiciem - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie uderzenia piłki głową - elementu techniki specjalnej. - Nauczanie techniki bramkarskiej - elementu techniki specjalnej.	Zaliczenia praktyczne.
41.	Teoria i metodyka piłki siatkowej	K_A1W10,K_A1W11,K_A1U01,K_A1U02,K_A1U03,K_A1U04,K_A1K01,K_A1K02,K_A1K11	- Wiedza w zakresie kształtowania poszczególnych komponentów sprawności fizycznej w realizacji procesu wychowania fizycznego przy udziale piłki siatkowej. - Umiejętność wykonania podstawowych technik w piłce siatkowej: odbić sposobem górnym i dolnym, zagrywki dolnej i tenisowej, elementów ataku, obrony oraz poruszania się po boisku. - Umiejętność planowania, projektowania i prowadzenia D54lekcji wychowania fizycznego w zakresie piłki siatkowej w oparciu o program, odpowiednie środki, metody, formy i nowoczesne technologie. - Umiejętność organizacji turnieju/rozgrywek szkolnych i międzyszkolnych z wykorzystaniem różnych systemów rozgrywkowych. - Umiejętność korzystania i wykorzystania w pracy źródeł naukowych.	Zaliczenia praktyczne.
42.	Teoria i metodyka koszykówki	K_A1W10,K_A1U01,K_A1U02,K_A1U03,K_A1K01,K_A1K02,K_A1K11	- Ćwiczenia oswajające z piłkami, gry i zabawy przygotowujące do nauki gry w koszykówkę. - Rola i zadania instruktora koszykówki, nauczyciela wychowania fizycznego. Bezpieczeństwo i higiena na zajęciach ruchowych z koszykówki. - Metody nauczania poruszania się po boisku z piłką i bez piłki. - Metodyka nauczania poruszania się po boisku z piłką. - Metodyka nauczania rzutu z miejsca, konkursy, gra szkolna – sędziowanie. - Metodyka nauczania rzutu z dwutaktu. - Metodyka nauczania rzutu z do kosza z miejsca po zatrzymaniu. - Metodyka nauczania rzutu do kosza po biegu bez kozła. - Metodyka nauczania zbiórki piłki z tablicy, organizacja szybkiego ataku. - Komunikowanie się instruktora, nauczyciela wychowania fizycznego w trakcie treningu i na zawodach sportowych.	Zaliczenia praktyczne.
43.	Współpraca ze środowiskiem społeczno-gospodarczym	K_A1U11,K_A1K06	- Zadania i obszary pracy wolontariusza. - Pomoc w organizacji imprez sportowo-rekreacyjnych - Promowanie wolontariatu jako formy aktywności społecznej.	Zaliczenia praktyczne.
44.	Wykład monograficzny	K_A1W01,K_A1W09,K_A1W13,K_A1U12,K_A1U14,K_A1K01,K_A1K02	Treści programowe wykładu monograficznego są zależne od zainteresowań badawczych wykładowcy. Formułowane są indywidualnie przez osoby prowadzące zajęcia. Zakres tematyczny wykładu monograficznego przedstawiany jest w ofercie dydaktycznej przed rozpoczęciem semestru, w którym wykład jest realizowany. Treści programowe wykładu monograficznego związane są z obszarem nauk o kulturze fizycznej.	Zaliczenia teoretyczne - kolokwium oraz projekt.

45.	Seminarium dyplomowe	K_A1W01,K_A1U04,K_A1U13,K_A1U14,K_A1K03	- Obszar, dziedzina oraz dyscyplina naukowa badań. - Rodzaje prac naukowych. - Zasady dyplomowania. - Wyszukiwanie, weryfikacja, selekcja oraz klasyfikacja źródeł literaturowych. - Terminy złożenia pracy dyplomowej. Ukończenie studiów. Warunki przystąpienia do egzaminu dyplomowego. - Wymagania dotyczące układu pracy i redakcji pracy dyplomowej – ćwiczenia związane z pisanem pracy (układ rozdziałów i podrozdziałów, zasady formatowanie tekstu pracy, warunki odsyłaczy do literatury). - Kryteria jakości merytorycznej (trafność tematu, poprawność merytoryczna, metodologiczna). Poprawność językowa. - Teoretyczne i praktyczne przygotowanie pracy licencjackiej.	Pisemne przedstawienie założeń pracy dyplomowej. Ocena gotowej pracy dyplomowej.
46.	Psychologia ogólna	K_B1W01,K_B1W02,K_B1W03,K_B1W04,K_B1W05,K_B1U01,K_B1U05,K_B1K01	- Przedmiot i pojęcie psychologii. Miejsce psychologii w pracy nauczyciela. Podstawowe paradygmaty człowieka w psychologii – psychoanaliza, behawioryzm, psychologia poznawcza, psychofizjologiczna, ewolucyjna, humanistyczno- egzystencjalna. - Metody badawcze stosowane w psychologii. Badania eksperymentalne ważne dla rozwoju psychologii. - Procesy poznawcze (spostrzeganie, pamięć, uczenie się, uwaga, myślenie). - Procesy emocjonalno-motywacyjne. - Teoria stresu psychologicznego. - Osobowość i temperament. Obraz siebie. - Inteligencja. - Rozwój psychiczny człowieka - rozwój funkcji poznawczych i emocjonalno-motywacyjnych. Wpływ środowiska na rozwój psychiczny człowieka.	Pisemny test końcowy zawierający pytania zamknięte i otwarte.
47.	Pedagogika	K_B2W01,K_B2W02,K_B2W04,K_B2W05,K_B2W06,K_B2W07,K_B2U02,K_B2U04,K_B2U05,K_B2U06,K_B2U07,K_B2K01,K_B2K02,K_B2K03,K_B2K04	-Pedagogika jako nauka o wychowaniu. -Edukacja – Wychowanie – Socjalizacja. -Współczesne nurty i kierunki wychowania. Ukryty program nauczania. -Podmiotowość ucznia – wychowawcy a komunikacja. Uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi dysleksja, dysgrafia, dyskalkulia. -Miejsce i znaczenie pedagogiki w kształceniu nauczyciela wychowania fizycznego. -Środowisko wychowawcze: wpływu bezpośredniego i pośredniego. Trudności wychowawcze – błędy wychowawcze. Diagnoza pedagogiczna w procesie poznawania ucznia. -Zasady pracy opiekuńczo-wychowawczej nauczyciela. Etyka zawodowa nauczyciela. Wypalenie zawodowe a sukces. -Style kierowania klasą. Wartości i cele w wychowaniu. Metodyka kierowania grupą. Animowanie życia społeczno-kulturalnego w klasie. -Konflikt w pracy nauczyciela. Projektowanie ścieżki własnego rozwoju i narzędzia wspomagające ucznia w poszukiwaniu własnej ścieżki edukacyjnej. -Koncepcja uczenia się przez całe życie. -Sytuacje i zdarzenia pedagogiczne zaobserwowane lub doświadczane w czasie praktyk.	Zaliczenia pisemne. Egzamin pisemny.
48.	Psychologia sportu	K_B1W01,K_B1W02,K_B1W03,K_B1W04,K_B1W05,K_B1U01,K_B1U02,K_B1U03,K_B1U04,K_B1U05,K_B1U06,K_B1U07,K_B1U08,K_B1K01	- Miejsce psychologii sportu i aktywności fizycznej w pracy nauczyciela wychowania fizycznego. - Psychologiczna charakterystyka aktywności sportowej i ruchowej. - Aktywność fizyczna jako źródło zaspokajania potrzeb. - Postawy wobec sportu i aktywności fizycznej. Postawy prozdrowotne. - Temperament i osobowość a aktywność ruchowa. - Aktywność fizyczna a funkcjonowanie emocjonalne, poznawcze i jakość życia. Stres i metody radzenia sobie z nim. - Psychologiczne uwarunkowania procesu uczenia się i nauczania w aktywności sportowej. - Koncentracja w aktywności fizycznej i sporcie – znaczenie i sposoby kształtowania. - Gra dla zabawy czy gra dla zwyciężania - psychologiczne problemy uczestnictwa w sporcie dzieci i młodzieży.	Pisemny test końcowy zawierający pytania zamknięte i otwarte.
49.	Dziennikarstwo sportowe	K_A1W03,K_A1W19,K_A1U02,K_A1K05	- Dziennikarstwo i komunikowanie masowe - wprowadzenie. - Media publiczne i ich rola w życiu sportowym - znaczenie dziennikarstwa dla promocji dyscyplin sportowych i popularności sportowców. - Dziennikarstwo sportowe – pasja, wiedza, rzemiosło. Jakie predyspozycje i kompetencje powinien spełniać dziennikarz sportowy? - Dziennikarstwo sportowe a media – specyfika dziennikarstwa prasowego, telewizyjnego, radiowego, internetowego. - Lokalne media i dziennikarstwo sportowe - ich funkcje i znaczenie, także dla absolwentów wychowania fizycznego: trenerów i nauczycieli. - Podstawy prawa prasowego i etyki dziennikarskiej - rzetelność, staranność, odpowiedzialność za słowo. - Sposoby relacjonowania zawodów sportowych za pomocą różnych form medialnych i środków przekazu (m.in. fotografii, radia i TV). - Atuty / przewagi absolwentów wychowania fizycznego zajmujących się dziennikarstwem sportowym lub będącymi świadomymi odbiorcami takich treści - znajomość organizmu i fizjologii sportowca (ocena formy, wysiłku, ryzyka kontuzji), techniki i taktyki dyscyplin sportu.	Zaliczenia pisemne

50.	Praktyka w zakresie przygotowania psychologiczno-pedagogicznego	K_B3W01,K_B3W02,K_B3W03,K_B3U01,K_B3U02,K_B3U03,K_B3U04,K_B3U05,K_B3U06,K_B3K01	- Zapoznanie się z warunkami i dokumentacją pracy nauczyciela wychowania fizycznego w szkole podstawowej. - Zadania charakterystyczne dla szkoły podstawowej. Zadania wychowawcy klasy. - Organizacja, statut i plan pracy w szkole podstawowej, program wychowawczo-profilaktyczny, program realizacji doradztwa zawodowego. - Obserwacja i przeprowadzenie godziny wychowawczej. - Współudział w organizowaniu i prowadzeniu zajęć pozalekcyjnych oraz działań opiekuńczo-wychowawczych. - Wykonanie zadań na rzecz szkoły wskazanych przez opiekuna praktyk kształtujących u studenta kompetencji opiekuńczo-wychowawczych. - Zasady zapewniania bezpieczeństwa uczniom w szkole podstawowej i poza nią.	Zaliczenia praktyczne. Zaliczenia pisemne w formie dziennika praktyk.
51.	Praktyka zawodowa w zakresie przygotowania dydaktycznego w szkole podstawowej cz. 1	K_D2W01,K_D2W02,K_D2W03,K_D2U01,K_D2U02,K_D2U03,K_D2K01	- Zadania dydaktyczne realizowane przez szkołę podstawową. - Sposób funkcjonowania oraz organizacja pracy dydaktycznej w szkole podstawowej. - Zapoznanie się z warunkami i dokumentacją pracy nauczyciela wychowania fizycznego w szkole podstawowej. - Zapoznanie się z pracą wychowawcy klasy – nauczyciela wychowania fizycznego oraz obserwacja jednej godziny wychowawczej w wybranej klasie. - Zapoznanie się z działalnością samorządu uczniowskiego, szkolnymi organizacjami, stowarzyszeniami i kołami zainteresowań. - Przeprowadzenie diagnozy wstępnej. - Obserwacje lekcji wychowania fizycznego prowadzonych przez nauczyciela-opiekuna praktyk. - Samodzielne prowadzenie zajęć.	Zaliczenia praktyczne. Zaliczenia pisemne w formie dziennika praktyk.
52.	Praktyka zawodowa w zakresie przygotowania dydaktycznego w szkole podstawowej cz. 2	K_D2W01,K_D2W02,K_D2W03,K_D2U01,K_D2U02,K_D2U03,K_D2K01	- Zapoznanie się z organizacją pracy szkoły, statutem szkoły, szkolnym programem wychowawczym, szkolnym programem profilaktyki, wewnątrzszkolnym systemem oceniania, pracą rady pedagogicznej, współpracą szkoły ze środowiskiem. - Szkolne programy wychowawcze i profilaktyczne oraz ich zastosowanie w praktyce szkolnej. - Przeprowadzenie diagnozy wstępnej. - Obserwacje lekcji wychowania fizycznego prowadzonych przez nauczyciela-opiekuna praktyk. - Asystowanie nauczycielowi podczas zajęć pozalekcyjnych. Przeprowadzenie pod nadzorem opiekuna praktyk całości zajęć. - Samodzielne prowadzenie zajęć. - Działalność świetlicy szkolnej.	Zaliczenia praktyczne. Zaliczenia pisemne w formie dziennika praktyk.
53.	Programowy obóz letni	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W12,K_A1U01,K_A1U03,K_A1U05,K_A1K01,K_A1K02,K_A1K06,K_A1K12	- Pływanie i ratownictwo wodne. - Kajakarstwo rekreacyjno-turystyczne. - Turystyka, obozownictwo i gry plenerowe. - Planowanie i organizacja zajęć terenowych. - Organizacja i gra w siatkówkę plażową. - Cross rowerowy. - Gra w „siatkonogę”, przygotowanie do chrztu obozowego, ogniska obozowego. - Organizacja i przeprowadzenie wycieczki. - Wspólna organizacja przez osoby prowadzące zajęcia „triathlonu” i biegu na orientację.	Zaliczenia praktyczne.
54.	Programowy obóz zimowy	K_A1W01,K_A1W10,K_A1W12,K_A1U01,K_A1U03,K_A1U05,K_A1K01,K_A1K02,K_A1K06,K_A1K12	- Nauka jazdy na nartach w stopniu podstawowym ze szczególnym uwzględnieniem metodyki nauczania (opanowanie ćwiczeń i umiejętności metodycznych z zakresu realizowanego przedmiotu) oraz podstawy praktyczne jazdy na snowboardzie oraz gry i zabawy na śniegu. Podstawy teoretyczne: - Sprzęt i ekwipunek. - Analiza techniki, systematyka i metodyka nauczania narciarstwa zjazdowego. - Zasady, formy, metody i środki prowadzenia zajęć rekreacyjnych i sportowych na śniegu. - Organizacja turystyki wędrownej i stałej w górach. Terenoznawstwo, bezpieczeństwo w górach, ratownictwo i pierwsza pomoc. - Ogólne zasady organizacji zawodów narciarskich. Podstawy praktyczne: - Poruszanie się na nartach. - Ewolucje techniki kątowej. - Ewolucje techniki nożycowej. - Elementy doskonalenia ewolucji zjazdowych. - Gry i zabawy na śniegu (w przypadku każdej jednostki dydaktycznej).	Zaliczenia praktyczne.

* Wypełnia DJiOK

.....
data i podpis
Zastępcy ds. Kształcenia

.....
data i podpis
Dyrektora Kolegium