

Państwowa Akademia Nauk Stosowanych w Nysie

Wydział Nauk o Zdrowiu i Kulturze Fizycznej

Opis modułu kształcenia

Nazwa modułu (przedmiotu)		Wychowanie fizyczne				Kod przedmiotu		E.-WF			
Kierunek studiów		Pielęgniarstwo									
Profil kształcenia		praktyczny									
Poziom studiów		Studia pierwszego stopnia									
Specjalność											
Forma studiów		stacjonarny									
Semestr studiów		II									
Tryb zaliczenia przedmiotu		Zaliczenie na ocenę		Liczba punktów ECTS					Sposób ustalania oceny z przedmiotu		
Formy zajęć i inne		Liczba godzin zajęć w semestrze			Całkowita	-	Zajęcia kontaktowe	-		Zajęcia związane z praktycznym przygotowaniem zawodowym	-
		Całkowita	Pracy studenta	Zajęcia kontaktowe	Sposoby weryfikacji efektów uczenia się w ramach form zajęć					Waga w %	
Seminarium		15	-	15							
Razem:		15	-	15						Razem	
Kategoria efektów	Lp.	Efekty uczenia się dla modułu (przedmiotu)							Efekty kierunkowe	Formy zajęć	
Umiejętności	1.	Posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej niezbędnych dla studiowanego kierunku.							E/K_U11	ćwiczenia	
	2.	Potrafi rozpoznać sytuację zagrożenia oraz ocenić stopień ryzyka w kontekście bezpieczeństwa własnego i pacjenta oraz zastosować podstawowe tech iki samoobrony dostosowane do specyfiki pracy pielęgniarskiej, z zachowaniem zasad proporcjonalności i bezpieczeństwa							E/K_U11	ćwiczenia	
Kompetencje społeczne	1.	Podejmuje działania zespołowe ponosząc odpowiedzialność za wspólnie realizowane zadania pełniąc w zespole różne role.							E/K_K05	ćwiczenia	
	2.	Realizuje zdania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia w tym przestrzega zasad BHP.							E/K_K08	ćwiczenia	
	3.	Dbą o stan własnego zdrowia oraz sprawność ruchową niezbędną do wykonywania zawodu.							E/K_K10	ćwiczenia	
	4.	Jest świadoma/y znaczenia bezpieczeństwa własnego i innych osób w pracy zawodowej i podejmuje działania prewencyjne oraz potrafi zachować spokój i opanowanie w sytuacjach zagrożenia, podejmując działania zgodne z etyką zawodową i przepisami prawa							E/K_K08 E/K_K10	ćwiczenia	
Wiedza	1.	Ma podstawową wiedzę na temat zasad bezpieczeństwa osobistego i zagrożeń związanych z agresją fizyczną i werbalną w środowisku pracy pielęgniarstwa.							A.W.1 B.W.1	ćwiczenia	

Treści kształcenia

Seminarium	Metody dydaktyczne
Tematy zajęć	
<ol style="list-style-type: none">1. Zajęcia organizacyjne, BHP.2. Doskonalenie różnych form odbić w badmintonie. Gra właściwa.3. Nordic Walking nauka.4. Doskonalenie gry w piłkę siatkową.5. Kształtowanie wytrzymałości w formie rajdu pieszego po pagórkowatym terenie.6. Rajd rowerowy w okolicach Nysy połączony z edukacją przyrodniczą.7. Doskonalenie różnych form koszykówki.8. Tenis stołowy - gry singlowe i deblowe.9. Futsal jako forma doskonalenia techniki i szybkości.10. Piłka ręczna i jej zasady dla grup o podstawowym zaawansowaniu.11. Różne formy samoobrony.12. Sporty siłowe, nauka i doskonalenie ćwiczeń siłowych.13. Zajęcia wytrzymałościowo-siłowe z wykorzystaniem ergometru wiosłarskiego.14. Lekka atletyka- poznanie podstawowych konkurencji.15. Testy zaliczeniowe obejmujące poznany materiał, forma ustna.	

Literatura podstawowa:

1.	Jerzy Talaga A-Z sprawności fizycznej. Atlas ćwiczeń. Zarząd główny TKKF 1995 Warszawa.
2.	Edward Superlak Piłka Siatkowa. Wydawnictwo BK Wrocław 2006.
3.	Marian Bondarowicz Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. RCM-S Kultury Fizycznej i Sportu Warszawa 1994.

Literatura uzupełniająca:

1.	Marian Listowski Stretching sprawność i zdrowie. Wydawnictwo Marian Listkowski Łódź 1994.
2.	Korzystanie z najnowszych porad fachowców w formie internetowej.