



Nazwa przedmiotu	Wychowanie fizyczne
Jednostka prowadząca	Wydział Malarstwa i Rzeźby/Zakład Historii Sztuki, Filozofii i Sportu/
Jednostka dla której przedmiot jest przygotowany	Wydział Grafiki i Sztuki Mediów, Katedra Sztuki Mediów
Rodzaj przedmiotu	Grupa treści podstawowych, przedmiot obowiązkowy dla kierunku Sztuka Mediów
Rok studiów/semestr; forma studiów	I rok, sem. 1 i 2, studia stacjonarne I stopnia
Liczba punktów ECTS	1 pkt ECTS / sem.
Prowadzący	mgr Bronisław Hendzel
Cel zajęć	Zapoznanie z problemem dbałości: o sprawność fizyczną, prawidłowy rozwój, zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne oraz zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem, kształtowaniem i doskonaleniem harmonijnego rozwoju fizycznego, rozwijaniem poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne, popularyzacją i upowszechnianiem gier drużynowych oraz pływania, inspirowaniem do udziału w imprezach rekreacyjno-sportowych, kształtowaniem pożądanых postaw.
Wymagania wstępne	Chęci doskonalenia sprawności fizycznej oraz gotowość zrozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem oraz gotowość do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej.
Efekty kształcenia w zakresie:	
– wiedzy	Student zna: proces harmonijnego rozwoju fizycznego, umiejętność podwyższania sprawności fizycznej, kontrolę indywidualnej sprawności fizycznej, świadome uczestnictwo w rekreacji ruchowej/aktywne spędzanie czasu wolnego/.
– umiejętności	Student potrafi: wykonywać podstawowe elementy techniki w zakresie zespołowych gier sportowych/piłka siatkowa, koszykowa, nożna / oraz stosować je podczas gry, poruszać się przy muzyce/aerobic/, pływać poprawnie /stylowo/ trzema stylami.
– kompetencji personalnych i społecznych	Student potrafi współdziałać w grupie/drużynie/, respektować zasadę "fair play", rozwijać zasadę odpowiedzialności za zdrowie swoje i współpartnerów, potrafi przekazać pozytywne aspekty sportu i rekreacji jako elementów życia w rodzinie.
Treść zajęć	Zajęcia sportowe : 1.zespołowe gry sportowe/ koszykówka ,siatkówka,piłka nożna /- podstawowe elementy techniczno-taktyczne ,gry szkolne z założeniami,rozgrywki międzygrupowe. 2.aerobic-umiejętność wykonywania ćwiczeń przy muzyce,umiejętność ćwiczenia w zespole. 3.pływanie- doskonalenie techniki pływania trzema stylami/klasyczny, dowolny oraz grzbietowy/ rywalizacja podczas zawodów.
Forma i wymiar zajęć	Zajęcia z zespołowych gier sportowych mają charakter treningu sportowego 60 godz./ sem.
Metody i kryteria oceny	100%: Udział w zajęciach, testy sprawnościowe
Sposób zaliczenia	Semestr 1: zaliczenie Semestr 2: zaliczenie
Literatura	
Uwagi	Zajęcia odbywają się na sali gimnastycznej oraz na krytym basenie.
Język wykładowy	Język polski