

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu

KARTA PRZEDMIOTU

1. Nazwa przedmiotu:	Wychowanie fizyczne – gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna			
2. Kod przedmiotu:	FA - 13			
3. Okres ważności karty:	2013-2016			
4. Forma kształcenia:	studia pierwszego stopnia			
5. Forma studiów:	studia stacjonarne			
6. Kierunek studiów:	filologia			
7. Profil studiów:	praktyczny			
8. Specjalność:	filologia angielska			
9. Semestr:	3, 4			
10. Jedn. prowadz. przedmiot:	Instytut Kultury Fizycznej			
11. Prowadzący przedmiot:	dr Danuta Zwolińska			
12. Grupa przedmiotów:	Treści uzupełniające			
13. Status przedmiotu:	do wyboru			
14. Język prowadzenia zajęć:	polski			
15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:				
-				
16. Cel przedmiotu:				
Wzmocnienie gorsetu mięśniowego, likwidacja przykurczy, kształtowanie nawyku prawidłowej postawy				
17. Efekty kształcenia:				
Ozn.	Opis efektu kształcenia	Metoda sprawdzenia efektu kształcenia	Forma prowadzenia zajęć	Odniesienie do efektów dla kierunku studiów
W	Zna elementarną terminologię używaną w kulturze fizycznej z zakresu ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych.	Zaliczenie praktyczne	Ćwiczenia	K_W01
U	Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem używanym w kulturze fizycznej	Zaliczenie praktyczne	Ćwiczenia	K_U03
K	Posiada przekonanie o wartości zdobytych umiejętności z zakresu ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych.	Zaliczenie praktyczne	Ćwiczenia	K_K04
18. Formy i wymiar zajęć:		Ćw (30 h + 30 h)		
19. Treści kształcenia:				
<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę. • Zabawy i gry bieżne. • Zabawy z elementami gier sportowych. • Ćwiczenia rytmiczno-gimnastyczne. • Ćwiczenia rozciągające, ogólnorozwojowe, wzmacniające i oddechowe. 				
20. Egzamin:		z/o		
21. Literatura podstawowa:				
Kempf H.D.: Program profilaktyki i rehabilitacji schorzeń kręgosłupa. Sic!, Warszawa 2002. Listkowski M.: Stretching sprawność i zdrowie. Listkowski, Łódź 1994. Owczarek S.: Atlas ćwiczeń korekcyjnych. WSiP, Warszawa 1998. Owczarek S., Bondarowicz M.: Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej. WSiP, Warszawa 1997				
22. Literatura uzupełniająca:				

Kutzner-Kozińska M.: Proces korygowania wad postawy. AWF, Warszawa 2004.

23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:

Lp.	Forma zajęć	Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta		
1	Wykład			
2	Ćwiczenia	60		
3	Laboratorium			
4	Projekt			
5	Seminarium			
6	Inne/praca własna	8	(przygotowanie do ćw. zapoznanie z literaturą i materiałami dydaktycznymi przygotowanie do zaliczenia praktycznego. konsultacje)	
Suma godzin		68		
24. Suma wszystkich godzin:		68	25. Liczba punktów ECTS:	2
26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego:		2	27. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach o charakterze praktycznym (laboratoria, projekty):	
28. Uwagi:				

Zatwierdzono:

.....
(data i podpis prowadzącego)

.....
(data i podpis)