

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu

KARTA PRZEDMIOTU / MODUŁU

1. Nazwa przedmiotu:	Fakultet z wychowania fizycznego - gimnastyka korekcyjno - kompensacyjna			
2. Kod przedmiotu:	FSC-16, FSR-16			
3. Okres ważności karty:	2012-2015			
4. Forma kształcenia:	studia pierwszego stopnia			
5. Forma studiów:	studia stacjonarne			
6. Kierunek studiów:	filologia			
7. Profil studiów:	praktyczny			
8. Specjalność:	filologia słowiańska – profil czeski filologia słowiańska – profil rosyjski			
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:		Ćwiczenia: 60 h		
19. Treści kształcenia:				
• 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:				
1. Kempf H.D.: Program profilaktyki i rehabilitacji schorzeń kręgosłupa. Sic!, Warszawa 2002. 2. Listkowski M.: Stretching sprawność i zdrowie. Listkowski, Łódź 1994. 3. Owczarek S.: Atlas ćwiczeń korekcyjnych. WSiP, Warszawa 1998. 4. Owczarek S., Bondarowicz M.: Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej. WSiP,				

Warszawa 1997			
22. Literatura uzupełniająca:			
1. 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	10	
Suma godzin		70	
24. Suma wszystkich godzin:		70	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)