*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 12/2019*

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia** **2020/2021 - 2022/2023**

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2021/2022

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Teoretyczne i metodyczne podstawy ekstremalnych form aktywności fizycznej |
| Kod przedmiotu\* |  |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek | Kolegium Nauk Medycznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej |
| Kierunek studiów | Wychowanie Fizyczne |
| Poziom studiów | Studia 1-go stopnia |
| Profil | Ogólnoakademicki |
| Forma studiów | Studia niestacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | 2 rok, 3 semestr |
| Rodzaj przedmiotu | Przedmiot modułowy |
| Język wykładowy | Polski |
| Koordynator | dr Robert Bąk |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Robert Bąk |

\* *-opcjonalni*e, *zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | **Liczba pkt. ECTS** |
| **3** | **10** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **1** |

1.2. Sposób realizacji zajęć

☒ zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

Egzamin.

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Podstawy anatomii i fizjologii człowieka. |

3. cele, efekty uczenia się , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Wiedza dotycząca ekstremalnej aktywności fizycznej człowieka oraz jego funkcjonowania  w tzw. sytuacjach trudnych. |

**3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu | Odniesienie do efektów kierunkowych [[1]](#footnote-1) |
| EK\_01 | Student wymieni i rozróżni scharakteryzuje rodzaje ekstremalnej aktywności fizycznej człowieka i podstawy jego funkcjonowania w różnych sytuacjach ekstremalnych. | K\_W10 |
| EK\_02 | Student scharakteryzuje techniczne podstawy różnych rodzajów aktywności ekstremalnej i zasady bezpiecznej organizacji zajęć z zakresu ekstremalnych form aktywności fizycznej. | K\_U07 |
| EK\_03 | Student jest gotów do podjęcia roli animatora aktywności fizycznej wśród funkcjonariuszy służb mundurowych. | K\_K09 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |  |
| --- | --- |
| **Treści merytoryczne** | |
| 1. | Ekstremalne formy aktywności fizycznej z perspektywy eksploracji nauk o kulturze fizycznej |
| 2. | Ekstremalna aktywność fizyczna – definicja oraz kryteria identyfikacji. |
| 3. | Aplikacyjna wartość ekstremalnych form aktywności fizycznej |
| 4. | Funkcjonowanie człowieka ekstremalnych warunkach środowiska – ziemia, woda, powietrze. |
| 5. | Metodyczne uwarunkowania organizacji zajęć z elementami ekstremalnej aktywności. |
| 6. | Zasady bezpiecznego uczestnictwa w formach aktywności kwalifikowanych do ekstremalnych. |

1. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

|  |  |
| --- | --- |
| **Treści merytoryczne** | |
|  |  |

3.4 Metody dydaktyczne

Np.:  *Wykład: wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną, metody kształcenia na odległość Ćwiczenia: analiza tekstów z dyskusją, metoda projektów (projekt badawczy, wdrożeniowy, praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań, dyskusja),gry dydaktyczne, metody kształcenia na odległość Laboratorium: wykonywanie doświadczeń, projektowanie doświadczeń*

Wykład z prezentacją multimedialną.

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia sie  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| EK\_01 | Egzamin pisemny – test wiedzy | W. |
| EK\_02 | Egzamin pisemny – test wiedzy | W. |
| EK\_02 | Egzamin pisemny – test wiedzy | W. |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Ocenę końcową stanowi ocena z egzaminu. Kryteria uzyskania poszczególnych ocen z egzaminu (test wiedzy):  Ocena 2,0 –50% lub mniej poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy  Ocena 3,0 – 51-60% poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy  Ocena 3,5 – 61-70% poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy  Ocena 4,0 – 71-80% poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy  Ocena 4,5 – 81-90% poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy  Ocena 5,0 – 91-100% poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy |

**5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Forma aktywności** | | **Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności** |
| Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów | | 10 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego | | 5 |
| udział w konsultacjach: | 3 |
| udział egzaminie/kolokwium: | 2 |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta | | 10 |
| przygotowanie do zajęć: | 5 |
| przygotowanie do egzaminu/kolokwium: | 5 |
| **SUMA GODZIN** | | **25** |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | | **1** |

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

|  |  |
| --- | --- |
| wymiar godzinowy | – – – |
| zasady i formy odbywania praktyk | – – – |

7. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:   1. Kozłowski S. (1986) Granice przystosowania. Warszawa, Wiedza Powszechna. 2. Rakowski A., Chodała A., Kalina R.M. (red.), (2003) Sporty ekstremalne w przygotowaniu żołnierzy i formacji antyterrorystycznych. Warszawa, PTNKF, tom 6. |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

1. W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela. [↑](#footnote-ref-1)