

**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            |     | III                                                                                                                                                                                                                                                                    |                |                     |                                                             |                    |   |                                                         |                                     |             |
| 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 techniki 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<br>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 pielęgniarki.                                                                                                                     |                |                     |                                                             |                    |   |                                                         | A.W.1<br>B.W.1                      | ćwiczenia   |

## Treści kształcenia

| Seminarium                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Metody dydaktyczne |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| Tematy zajęć                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                    |
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. Nauka i doskonalenie gry w piłkę koszykową.</li><li>2. Nauka i doskonalenie gry w piłkę siatkową.</li><li>3. Nauka i doskonalenie gry w unihokeja.</li><li>4. Badminton jako forma aktywności fizycznej.</li><li>5. Samoobrona jako forma własnego bezpieczeństwa.</li><li>6. Zajęcia wytrzymałościowo-siłowe z wykorzystaniem ergometru wiosłarskiego.</li><li>7. Nauka i doskonalenie elementów tenisa stołowego.</li><li>8. Marszobieg terenowy jako forma kształtowania wytrzymałości.</li><li>9. Podstawowe elementy gry w piłkę nożną.</li><li>10. Lekka atletyka, poznanie podstawowych konkurencji.</li><li>11. Ćwiczenia rozciągające, gry i zabawy ruchowe.</li><li>12. Wyścigi rzędów jako forma aktywności fizycznej podczas rywalizacji zespołowej.</li><li>13. Nauka i doskonalenie gry w dwa ognie, rywalizacja zespołowa.</li><li>14. Nauka i doskonalenie gry w piłkę ręczną.</li><li>15. Testy zaliczeniowe obejmujące poznany materiał, forma ustna.</li></ol> |                    |