



**Uczelnia Łazarskiego
Wydział Medyczny
Kierunek Lekarski**

Nazwa przedmiotu	Wychowanie Fizyczne		
Kod przedmiotu	WL_PRZED38		
Poziom studiów	Jednolite studia magisterskie		
Status przedmiotu	Obligatoryjny		
Rok i semestr realizacji przedmiotu	Rok 1, sem. 1-2		
Forma zajęć i godziny kontaktowe dla każdej formy zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Seminaria
		30 godz.	
	Łącznie 30 godz.		
Wymagania wstępne	Posiadanie ogólnej wiedzy na temat funkcjonowania własnego ciała oraz roli zdrowego stylu życia w istnieniu ludzkim. Posiadanie podstawowej wiedzy na temat znaczenia i relacji pomiędzy sprawnością fizyczną a zdrowiem i wydajnością umysłową. Posiadanie podstawowej wiedzy na temat wybranej dyscypliny sportu.		
Założenia i cele przedmiotu	Doskonalenie sprawności fizycznej oraz umysłowej. Rozwijanie umiejętności ruchowych i technicznych w zespołowych oraz indywidualnych formach aktywności fizycznej, Kształtowanie samodzielności w całościowym rozwoju osobistym oraz przeciwdziałaniu chorobom cywilizacyjnym, Kształtowanie i wyrabianie prozdrowotnych i prospołecznych postaw poprzez rekreację ruchową i sport.		
Efekty kształcenia: Wiedza: Umiejętność wykonywania wybranej dyscypliny sportu bądź rekreacji ruchowej. Potrafi podjąć działania prozdrowotne bądź edukacyjne związane z wybranym rodzajem aktywności sportowej bądź rekreacyjnej.	Odniesienie do efektów kształcenia określonych w załączniku nr 1 Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dnia 9 maja 2012 r. w sprawie standardów kształcenia dla kierunków studiów: lekarskiego, lekarsko-dentystycznego, farmacji, pielęgniarstwa i położnictwa (Dz.U. Nr 0, poz. 631): Nie dotyczy		

Umiejętności: Potrafi pracować nad własną sprawnością fizyczną oraz kształtować postawę sprzyjającą zdrowemu stylowi życia. Potrafi poprzez aktywność rekreacji ruchowej przeciwdziałać negatywnym skutkom współczesnego stylu życia, takim jak stres, wypalenie zawodowe i choroby cywilizacyjne. Kompetencje społeczne Potrafi współpracować w zespole na zasadzie fair play. Promuje prozdrowotną i prospołeczną wartość aktywności ruchowej jako przydatnej w dorosłym życiu człowieka. Bierze odpowiedzialność za siebie oraz bezpieczeństwo innych osób. Kształtuje samodyscyplinę, samoocenę oraz postawę szacunku wobec innych uczestników zajęć.	
Opis treści przedmiotu: Ćwiczenia ogólnorozwojowe Ćwiczenia specjalistyczne	
Metody dydaktyczne	Ćwiczenia w grupach 10-osobowych, basen – grupy 15 osobowe.
Pomoce dydaktyczne	Siłownia wraz z wyposażeniem: bieżnie, orbitreki, rowery stacjonarne, atlas, ławki do ćwiczeń siłowych wraz z obciążeniami. Sala gimnastyczna: piłki, maty, taśmy, klocki, nagłośnienie, materace. Basen.
Język wykładowy	Polski
Punkty ECTS	0
Rodzaj i nakład pracy studenta	Udział w ćwiczeniach - 30 godz.
Metody oraz sposoby weryfikacji efektów kształcenia.	
Warunki zaliczania	Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest czynny udział w zajęciach oraz pozytywne oceny ze wszystkich częściowych sprawdzianów. Zaliczenia częściowe mają formę sprawdzianu praktycznego.
Koordynator przedmiotu	Mgr inż. Justyna Mosińska
Prowadzący zajęcia	Mgr Patryk Jurczak Mgr Hubert Suder Mgr Eugeniusz Markiewicz Mgr Ewa Pachulska Mgr Julia Madej
Miejsce realizacji przedmiotu	Siedziba Uczelni Łazarskiego, siłownia, sala gimnastyczna: Warszawa, ul. Świeradowska 43 Basen – Park Wodny Warszawianka ul. Merliniego 4 Warszawa.

