KARTA MODUŁU

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE

COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA W LEGNICY
WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ

Kierunek studiów:		Ratownictwo medyczne					
Poziom studiów:		I stopień					
Profil studiów:		praktyczny					
Forma studiów:		stacjonarne					
Nazwa modułu:		Podstawy sportów walki					
Rodzaj modułu:		Moduły do wyboru					
Język wykładowy:		Język polski*					
Rok studiów:	1	**Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:**					
Semestr:	1	Ćwiczenia**					
Liczba punktów ECTS ogółem:	1	20					
Forma zaliczenia:		Zaliczenie z oceną					
Wymagania wstępne:		-					

II. CELE KSZTAŁCENIA

Cele kształcenia:

Cel 1: Zdobycie wiedzy z zakresu zasad sportów walki.
Cel 2: Poznanie różnych technik sportów walki.

III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH

Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:	Odniesienie do efektów kierunkowych
	wiedzy:	
B.W5	Student zna i rozumie formy przemocy, modele wyjaśniające przemoc domową i w wybranych podmiotach oraz społeczne uwarunkowania różnych form przemocy.	K1R_W02
B.W57	Student zna i rozumie sposoby zwiększania sprawności fizyczne.	K1R_W02
	umiejętności:	
B.U3	Student potrafi dbać o bezpieczeństwo własne, pacjentów, otoczenia i środowiska, a także przestrzegać zasad bezpieczeństwa i higieny pracy oraz przepisów i zasad regulujących postępowanie w przypadku różnych rodzajów zagrożeń.	K1R_U03
B.U23	Student potrafi ocenić poziom swojej sprawności fizycznej i dobrać właściwą formę aktywności do potrzeb swojego organizmu i warunków pracy.	K1R_U12
	kompetencji społecznych:	
K1R_K02	Student jest gotów do przewidywania i uwzględniania czynników wpływających na reakcje własne i pacjenta.	K1R_K02
K1R_K03	Student jest gotów do wykonywania zawodu zgodnie z zasadami etyki ogólnej i zawodowej oraz holistycznego i zindywidualizowanego podejścia do pacjenta, uwzględniającego poszanowanie jego praw i potrzeb.	K1R_K03
K1R_K07	Student jest gotów do przestrzegania praw pacjenta i zasad humanizmu.	K1R_K07

IV. TREŚCI PROGRAMOWE

Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałam na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)		
Ćwiczenia		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Ćwiczenie 1	Zapoznanie z kartą modułu, szczegółowe omówienie zasad prowadzenia zajęć, wymagań stawianych studentom oraz zasad zaliczenia ćwiczeń. Zapoznanie studentów z zasadami bezpieczeństwa obowiązującymi w trakcie realizacji ćwiczeń. Prezentacja tematyki zajęć, strony organizacyjnej, środki ostrożności, zasady i warunki zaliczenia. Aspekty prawne obrony koniecznej.	2
Ćwiczenie 2	Zabawowe formy walki. Funkcja poznawcza i rozwojowa zabaw.	2
Ćwiczenie 3	Upadki kontrolowane w przód, w tył i na boki.	2
Ćwiczenie 4	Podstawowe techniki nożne. Metodyka ćwiczeń kształtujących gibkość.	2
Ćwiczenie 5	Techniki nożne okrężne i w wyskoku. Trening skoczności.	2
Ćwiczenie 6	Ćwiczenia szybkości i koordynacji w sportach walki. Drabinka koordynacyjna.	2
Ćwiczenie 7	Techniki bokserskie. Wykorzystanie łap i poduch do uderzeń w treningu sportów walki.	2
Ćwiczenie 8	Sposoby łączenia technik ataku.	2
Ćwiczenie 9	Trening funkcjonalny w zajęciach sportów walki – jego znaczenie i ograniczenia.	2
Ćwiczenie 10	Podsumowanie i zaliczenie ćwiczeń.	2

V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

1. Metody kształcenia:
Ćwiczenia: ćwiczenie przedmiotowe, ćwiczenia symulacyjne, dyskusja dydaktyczna, pokaz.

2. Narzędzia (środki) dydaktyczne: sprzęt sportowy, materace.

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

1.Forma zaliczenia modułu.
Ćwiczenia: zaliczenie z oceną

2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:
Ćwiczenia:

- bezpośrednia obserwacja studenta demonstrującego umiejętności praktyczne:

5,0 – student samodzielnie wykonuje prawidłowo zadania zgodnie z wymaganymi procedurami,
4,5 – student wykonuje zadania zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia drobny błąd, który potrafi skorygować po wskazaniu go przez nauczyciela,
4,0 – student wykonuje zadania zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia 2 drobne błędy, które potrafi skorygować po wskazaniu ich przez nauczyciela,
3,5 – student wykonuje zadania w zdecydowanej większości zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia kilka drobnych błędów (3), które potrafi skorygować po wskazaniu ich przez nauczyciela,
3,0 – student wykonuje zadania w większości zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia istotny błąd lub wiele drobnych błędów (4), które potrafi skorygować przy pomocy nauczyciela,
2,0 – student wykonuje zadania w większości w sposób nieprawidłowy, który wymaga częstej korekty ze strony prowadzącego, student przejawia brak samodzielności w wykonaniu czynności i zadań, w większości przypadków nie przestrzega zasad bezpieczeństwa,

- obserwacja i ocena postaw studenta:

5,0 – student aktywnie uczestniczy we wszystkich zajęciach (10/10), do których jest przygotowany lub zalicza ich treści na konsultacjach w przypadku uzasadnionych nieobecności; podejmuje merytoryczne dyskusje i wykazuje potrzebę ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego,
4,5 – student aktywnie uczestniczy w zdecydowanej większości zajęć (9/10), do których jest przygotowany lub zalicza ich treści na konsultacjach w przypadku uzasadnionych nieobecności; podejmuje merytoryczne dyskusje i wykazuje potrzebę ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego,
4,0 – student aktywnie uczestniczy w zdecydowanej większości zajęć (8/10), do których jest przygotowany lub zalicza ich treści na konsultacjach w przypadku uzasadnionych nieobecności; w większości przypadków podejmuje merytoryczne dyskusje i wykazuje potrzebę ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego,

3,5 – student wykazuje umiarkowaną aktywność podczas większości zajęć (7/10), do których najczęściej jest przygotowany lub zalicza ich treści na konsultacjach w przypadku uzasadnionych nieobecności; w większości przypadków bierze udział w dyskusji i wykazuje potrzebę ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego,
3,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach. Uczęszcza na większość zajęć (7/10), do których w większości jest przygotowany lub zalicza ich treści na konsultacjach w przypadku uzasadnionych nieobecności; od czasu do czasu bierze udział w dyskusji i w większości sytuacji wykazuje potrzebę rozwoju osobistego i zawodowego,
2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, uczestniczy nieregularnie na zajęcia i w większości nie jest do nich przygotowany; sporadycznie bierze udział w dyskusji i nie wykazuje potrzeby rozwoju osobistego i zawodowego.

3. Podstawowe kryteria oceny lub wymagania egzaminacyjne określane są indywidualnie, jednak powinny zachować adekwatność wobec zaplanowanych efektów uczenia się.

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	**20**
Udział w wykładach	-
Udział w ćwiczeniach**	20
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	**5**
Przygotowanie do wykładu	-
Przygotowanie do ćwiczeń**	3
Przygotowanie do egzaminu	-
Przygotowanie do zaliczenia ćwiczeń**	2
Łączna liczba godzin	**25**
Punkty ECTS za moduł	**1**

VIII. ZALECANA LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. WąsikJ., Walka sportowa Taekwon-do, Częstochowa, 2013
2. Kalina R., Teoria sportów walki, wyd. COS, Warszawa, 2000
3. Wiesław Błach. Judo – szkolenie najmłodszych i trochę starszych. Biblioteka Trenera, COS

Literatura uzupełniająca:

1.Chmura J., Rozgrzewka: podstawy fizjologiczne i zastosowanie praktyczne, Warszawa, 2014
2. Mucha D., Zięba H., Obszary zagrożeń zdrowia współczesnego człowieka, Nowy Targ, 2013

Na kierunkach studiów, na których obowiązują standardy kształcenia oraz odrębne przepisy określone przez właściwego ministra, karty modułów powinny także uwzględniać powyższe uregulowania

*należy odpowiednio wypełnić

** należy wpisać formę/formy przypisane do modułu określone w programie studiów (ćwiczenia, seminarium, konwersatorium, lektorat, laboratorium, warsztat, projekt, zajęcia praktyczne, zajęcia terenowe, zajęcia wychowania fizycznego, praktyka zawodowa, inne)