

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S							
Nazwa przedmiotu: diagnostyka i regulacja masy i składu ciała (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_5S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca			
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	wiczenia	30	0	ZO	4	
Razem			30			4	
Koordynator przedmiotu:		dr MAREK KOLBOWICZ					
Prowadz cy zaj cia:		dr MAREK KOLBOWICZ					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest przyswojenie wiedzy i umiej tno ci w zakresie diagnostyki regulacji masy i składu ciała sportowca na ró nym etapie rozwoju fizycznego. Poznanie czynników i metod pozwalaj cych utrzyma odpowiedni mas i skład ciała. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia działa w zakresie diagnostyki i kontroli masy ciała.					
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat suplementacji i racjonalnego od ywienia					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu		
wiedza	1	EP1	Posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie.		K_W08		
	2	EP2	Wie jak zdiagnozowa i regulowa mas i skład ciała człowieka.		K_W08		
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi samodzielnie zdiagnozowa i zastosowa odpowiednie metody w regulacji masy i składu ciała.		K_U14		
	2	EP4	Posiada umiej tno samokształcenia poprzez m.in. wyszukiwania niezbdnych danych, najnowszych wiatowych trendów w dietetyce oraz zastosowania posiadanej wiedzy w przyszłej działalno ci zawodowej.		K_U09 K_U15		
kompetencje społeczne	1	EP5	Ma wiadomo swojej roli w kształtowaniu nawyków ywieniowych niezbdnych w utrzymaniu prawidłowej masy i składu ciała.		K_K08		
	2	EP6	Rozumie potrzeb samokształcenia si w zakresie diagnostyki, regulacji masy i składu ciała.		K_K01 K_K02		
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: diagnostyka i regulacja masy i składu ciała							
Forma zaj : wiczenia							
1. Czynniki uzalne nione utrzymaniem odpowiedniej masy ciała					3	3	0
2. Metody oceniania stosunków beztuszczowej masy ciała oraz masy tkanki tłuszczowej					3	3	0
3. Metody pozwalaj ce utrzyma odpowiedni mas ciała					3	5	0
4. Badania antropometryczne jako wska nik sukcesu w regulacji masy ciała					3	5	0

5. Czynniki umożliwiające efektywną regulację masy ciała		3	8	0	
6. Przegląd diet oraz dopasowanie ich do określonych problemów związanych z masą i składem ciała		3	6	0	
Metody kształcenia	prezentacje multimedialne, dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4	
	PREZENTACJA			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest: 1. Obecność i aktywne uczestnictwo w zajęciach 2. Pozytywna ocena z prezentacji 3. Pozytywna ocena z kolokwium				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena końcowa stanowi średnią arytmetyczną z: 1. Prezentacji - 50% oceny końcowej 2. Kolokwium - 50% oceny końcowej				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	diagnostyka i regulacja masy i składu ciała		Ważona	
	3	diagnostyka i regulacja masy i składu ciała [wizycie]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Lafay O. (2012): Skuteczne odżywianie w treningu i sporcie, Wydawnictwo JK, Łódź				
	M. Jarosz, B. Bułhak-Jachymczyk: - PZWL, Warszawa 2008 (2008): Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych, PZWL, Warszawa				
Literatura uzupełniająca	A. Zajac, S. Poprzeczki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice, Katowice				
	Małczewska J. i in. (1991): Regulacja masy ciała w sporcie wyczynowym, Wydawnictwo Resortowe Centrum Metodyczno-Szkoleniowe Kultury Fizycznej i Sportu, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2		0		
Przygotowanie się do zajęć	12		0		
Studiowanie literatury	12		0		
Udział w konsultacjach	20		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	10		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	14		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	100				
Liczba punktów ECTS	4				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: diagnoza i podstawowe metody leczenia w fizjoterapii (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_32S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	2	wiczenia	30	0	ZO	4	
Razem			30			4	
Koordynator przedmiotu:		mgr BEATA BURYTA					
Prowadz cy zaj cia:		mgr BEATA BURYTA					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z teoretyczn wiedz w zakresie systematyki podstawowych metod diagnozowania i leczenia w fizjoterapii oraz wybranych technik leczenia i metod terapeutycznych. Umiej tno ci diagnozy fizjoterapeutycznej nabyte podczas zaj pozwol studentowi na przygotowanie badanego do podj cia wysiłku fizycznego.					
Wymagania wst pne:		Znajomo anatomicznej budowy ciała człowieka, a w szczególno ci znajomo funkcji poszczególnych układów narz du ruchu podczas wysiłku fizycznego.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Wie jak diagnozowa problemy zdrowotne wyst puj ce podczas uprawiania sportu, oraz zna testy niezbd ne do diagnozy funkcjonalnej stosowane w fizjoterapii.			K_W09 K_W11	
	2	EP2	Zna metody leczenia w fizjoterapii i rozumie specyfik wybranych jednostek terapeutycznych w wybranych dyscyplinach sportu.			K_W10	
umiej tno ci	1	EP3	Czynnie uczestniczy w planowaniu leczenia w fizjoterapii, przez co wspiera swój rozwój zawodowy w zakresie diagnostyki sportowej.			K_U09	
	2	EP4	Potrafi wykorzysta zdobyt wiedz i posługuwa si metodami leczenia w fizjoterapii.			K_U10	
kompetencje społeczne	1	EP5	Jest gotowy do wspomagania procesu treningowego w zakresie diagnozy i metod leczenia w fizjoterapii.			K_K08	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: diagnoza i podstawowe metody leczenia w fizjoterapii							
Forma zaj : wiczenia							
1. Diagnostyka jako podstawowy element prawidłowej rehabilitacji i fizjoterapii.					2	4	0
2. Metody diagnozowania w fizjoterapii medycznej i sportowej.					2	6	0
3. Zasady doboru rodków, metod i form fizjoterapii w celu zwi kszczenia efektywno ci leczenia.					2	6	0
4. Wpływ wicze fizycznych na organizm człowieka jako element fizjoterapii.					2	4	0
5. Podstawy terapii manualnej, jako metody leczenia w fizjoterapii.					2	5	0

6. Podstawy masa u, jako metody leczenia w fizjoterapii.		2	5	0	
Metody kształcenia	zaj cia praktyczne, wykład z prezentacj multimedialn , praca w grupach				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5	
	PROJEKT			EP1,EP2,EP4,EP5	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)			EP1,EP3	
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego					
Forma i warunki zaliczenia	Aktywne uczestnictwo we wszystkich zaj ciach stanowi 10% oceny ko cowej Zaliczenie praktyczno-teoretyczne stanowi 30% oceny ko cowej Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grup eksperymentu dotycz cego metod leczenia w fizjoterapii 20% oceny ko cowej Kolokwium pisemne z wicze - stanowi 40% oceny ko cowej				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Wszystkie elementy wymienione w pkt 1-4 musza by zaliczone na ocen minimum dostateczna - ocena z zaliczenia moze ulec podwyzszeniu w zakresie 10-20% za aktywnos wolontariacka studenta na zasadach okreslonych przez prowadzacego.				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	diagnoza i podstawowe metody leczenia w fizjoterapii		Wa ona	
	2	diagnoza i podstawowe metody leczenia w fizjoterapii [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Brukner P., Khan K. (2012): Kliniczna medycyna sportowa, DB Publishing, London				
	Donatelli R.A. (2010): Rehabilitacja w sporcie, Elsevier Urban&Partner, Warszawa				
	Jagier A., Nazar K., Dziak A. (2013): Medycyna sportowa, PZWL, Warszawa				
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej, BIOSPORT, Kraków				
Literatura uzupełniaj ca	Kolster B., Ebett-Paprotny G. (2001): Poradnik fizjoterapeuty, Wyd. im. Ossoli skich, Wrocław				
	Straburzy ska-Lupa A., Straburzy ski G. (2008): Fizjoterapia z elementami klinicznymi, PZWL, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	3		0		
Przygotowanie si do zaj	15		0		
Studiowanie literatury	17		0		
Udział w konsultacjach	15		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	10		0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	10		0		
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	100				
Liczba punktów ECTS	4				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S						
Nazwa przedmiotu: dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_7S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	30	0	ZO	5
		wykład	10	0	E	
Razem			40			5
Koordynator przedmiotu:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Prowadz cy zaj cia:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zdobycie wiedzy o pozytywnych i negatywnych skutkach stosowania dozwolonego i niedozwolonego wspomagania w sporcie kwalifikowanym i amatorskim. Nabycie przez studenta umiej tno ci klasyfikowania i stosowania wspomagania w sporcie. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia działa w celu u wiadomienia innym skutków stosowania niedozwolonego wspomagania w sporcie i yciu codziennym.				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat suplementacji w sporcie i stosowania niedozwolonych rodków dopingowych				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna skutki fizjologiczne i prawne stosowania dozwolonych i niedozwolonych rodków w sporcie kwalifikowanym i amatorskim.		K_W04 K_W08	
	2	EP2	Zna pozytywne i negatywne strony stosowania suplementacji i niedozwolonych rodków dopingowych w sporcie.		K_W18	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi formułowa opinie dotycz ce stosowania rodków niedozwolonych w sporcie kwalifikowanym i amatorskim oraz potrafi na bie co ledzi najnowsze doniesienie na temat dopinguj cych rodków.		K_U02	
	2	EP4	Potrafi definiowa kategorie rodków dozwolonych i niedozwolonych stosowanych w sporcie.		K_U07	
kompetencje społeczne	1	EP5	Ma wiadomo swojej roli w kształtowaniu prawidłowych nawyków ywieniowych i zagro e wynikaj cych ze stosowania niedozwolonych rodków dopingowych.		K_K01 K_K02 K_K08	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie						
Forma zaj : wykład						
1. Listy rodków dopinguj cych IOC i WADA - przegl d i charakterystyka rodków				4	7	0
2. Doping nieintencyjny - zagro enia oraz post powanie				4	3	0
Forma zaj : wiczenia						

1. SAA - sterydy anaboliczno-adrogenne, wpływ i zagrożenia wynikające z ich stosowania	4	10	0		
2. Peptydy oraz hormon wzrostu	4	5	0		
3. Erytropoetyna EPO	4	4	0		
4. Wspomagania farmakologiczne a wydolność organizmu sportowca	4	4	0		
5. Diuretyki i środki maskujące	4	4	0		
6. Leczenia astmy a doping, doping nie wiadomy	4	3	0		
Metody kształcenia	wykłady, prezentacje multimedialne, dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu		
	EGZAMIN PISEMNY		EP1,EP2,EP3		
	KOŁOKWIUM		EP1,EP2,EP4,EP5		
	PREZENTACJA		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5		
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest: 1. Obecność i aktywne uczestnictwo w zajęciach 2. Pozytywna ocena z prezentacji 3. Pozytywna ocena z kolokwium 4. Pozytywna ocena z egzaminu				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena końcową stanowi średnia arytmetyczna z: 1. Prezentacja i kolokwium z ćwiczeń - 50% oceny końcowej 2. Egzamin - 50% oceny końcowej				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie		Arytmetyczna	
	4	dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		
	4	dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie [wykład]	egzamin		
Literatura podstawowa	Gardocka T., Jagiełło D. (2015): Problemy prawne na styku sportu i medycyny, C.H. Beck, Warszawa				
	Sys-Nowosielski K. (2002): Doping nie tylko w sporcie: przyczyny, skutki, przeciwdziałanie, AWF Katowice, Katowice				
	(2017): USTAWA z dnia 21 kwietnia 2017 r. o zwalczaniu dopingu w sporcie				
Literatura uzupełniająca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	40		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6		0		
Przygotowanie się do zajęć	10		0		
Studiowanie literatury	18		0		
Udział w konsultacjach	19		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	15		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	17		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	125				
Liczba punktów ECTS	5				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Moduł: Przedmiot do wyboru w j. z. angielskim [moduł]							
Nazwa przedmiotu: epigenetics (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_51S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: fakultatywny				J. z. przedmiotu: semestr: 1 - j. z. angielski j. z. polski			
Rok	Semestr	Forma zaj.	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	1	laboratorium	15	0	ZO	3	
		wykład	5	0	ZO		
Razem			20			3	
Koordynator przedmiotu:		dr hab. MAREK SAWCZUK					
Prowadzący zajęcia:		dr hab. MAREK SAWCZUK					
Cele przedmiotu:		Przedstawienie najnowszych informacji na temat zagadnień epigenetycznych Zapoznanie z epigenetyczną regulacją ekspresji genów Nabywanie umiejętności wyboru i stosowania technik badawczych wykorzystywanych w analizach epigenetycznych					
Wymagania wstępne:		Podstawowa wiedza z zakresu genetyki i biologii komórki					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna mechanizmy epigenetyczne i ich znaczenie w organizmie człowieka.			K_W12 K_W13	
	2	EP2	Zna zasady epigenetycznej regulacji ekspresji genów.			K_W12 K_W13 K_W16 K_W17	
umiejętności	1	EP3	Potrąfi zaproponować adekwatną technikę badawczą do analiz epigenetycznych.			K_U08 K_U10 K_U12	
kompetencje społeczne	1	EP4	Jest chętny do współdziałania z innymi członkami zespołu w celu rozwiązania zadań diagnostycznych.			K_K03 K_K05 K_K07	
TRECI PROGRAMOWE ZAJĘCIA I KONSULTACJE					Semestr	Liczba godzin zajęć	
						w tym e-learning	
Przedmiot: epigenetics							
Forma zajęć : wykład							
1. Mechanizmy metylacji DNA					1	2	0
2. Modyfikacje epigenetyczne niekodującego RNA					1	2	0
3. Molekularne mechanizmy modyfikacji histonów					1	1	0
Forma zajęć : laboratorium							
1. Analizy metylacji DNA w obrębie genów					1	3	0

2. Analizy modyfikacji histonów w całym genomie		1	3	0	
3. Imprinting genomowy		1	3	0	
4. Wpływ diety na procesy epigenetyczne		1	3	0	
5. Epigenetyka procesów pamięci oraz w chorobach neurologicznych		1	3	0	
Metody kształcenia	wiczenia laboratoryjne prowadzone metodami pracy w grupach, wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	KOŁOKWIUM			EP1	
	SPRAWDZIAN			EP2,EP3	
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)			EP4	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: ocena końcowa z wykładów wystawiana na podstawie oceny z kolokwium. Zaliczenie ćwiczeń: ocena końcowa z ćwiczeń wystawiana na podstawie oceny ze sprawdzianu oraz aktywności na wyczeniach.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena końcowa z przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny końcowej z ćwiczeń i oceny z egzaminu w stosunku 1:1.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	epigenetics		Arytmetyczna	
	1	epigenetics [wykład]	zaliczenie z ocen		
	1	epigenetics [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Moore DS. (2017): Behavioral epigenetics, Jan;9(1), Wiley Interdiscip Rev Syst Biol Med., Poznan				
	Potaczek DP. et al. (2017): Epigenetics and allergy: from basic mechanisms to clinical applications, Apr;9(4):539-571, Epigenomics, Łódź				
	Sapienza C., Issa JP. (2016): Diet, Nutrition, and Cancer Epigenetics, Jul 17;36: 665-81, Annu Rev Nutr.				
Literatura uzupełniająca	Cieszczyk P i in. (2008): Badania genetyczne w sporcie, International Association of Ontokinesiologists				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	20		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4		0		
Przygotowanie się do zajęć	10		0		
Studiowanie literatury	15		0		
Udział w konsultacjach	10		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	16		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: ergonomia (PODSTAWOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_46S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	1	wiczenia	15	0	ZO	2	
Razem			15			2	
Koordynator przedmiotu:		mgr ROBERT TERCZY SKI					
Prowadz cy zaj cia:		mgr ROBERT TERCZY SKI					
Cele przedmiotu:		Celem jest przekazanie podstawowej wiedzy z zakresu ergonomii pracy oraz u wiadomienie zagro e i ryzyka jakie pojawiaj si na stanowisku pracy. Ponadto student poznaje standardy optymalnego stanowiska pracy. Student potrafi zastosowa wiedz z zakresu ergonomii w pracy zawodowej. Student zwi ksza poziom swojej wiadomo ci w kontek cie odpowiedzialno ci za stan swojego zdrowia, w tym kształtowanie prawidłowej postawy ciała, zmniejszenia wyst powania dolegliwo ci bólowych i zm czenia w trakcie wykonywania pracy.					
Wymagania wst pne:		Brak					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Uzyskuje wiedz z zakresu wpływów czynników rodowiskowych na prac zawodow .			K_W06	
	2	EP2	Wie jakie s techniki regeneracji psychofizycznej w pracy i po pracy.			K_W01	
	3	EP3	Poznaje zagro enia dla zdrowia i ycia podczas wykonywania pracy.			K_W01	
umiej tno ci	1	EP4	Potrafi oszacowa zagro enia zwi zane z wykonywaniem pracy zawodowej.			K_U16	
	2	EP5	Potrafi przygotowa swoje stanowisko pracy zgodnie z zasadami ergonomii.			K_U16	
kompetencje społeczne	1	EP6	Rozumiej c istot zagadnie ergonomii, jest gotowy do zastosowania ich podczas wykonywania swoich obowi zków.			K_K01 K_K07	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: ergonomia							
Forma zaj : wiczenia							
1. Ergonomia: korekcyjna, koncepcyjna, układów (człowiek-maszyna- rodowisko)					1	2	0
2. Ergonomia działy specjalne: bran owa, wyrobu codziennego u ytku, warunków pracy, osób starszych					1	2	0
3. Czynniki rodowiska pracy: mikroklimat, o wietlenie, barwy, hałas, drgania, pyły, promieniowanie					1	2	0
4. Rytmu biologiczne w pracy zawodowej					1	2	0
5. Regeneracja sił psychofizycznych w/po pracy					1	2	0

6. Stanowisko komputerowe: wpływ komputera na człowieka, warunki pracy na stanowisku komputerowym, parametry geometryczne stanowiska komputerowego, przeciwwskazania do pracy przy komputerze.	1	1	0
7. Fizjologia organizmu człowieka a praca.	1	2	0
8. Rytm biologiczne w pracy zawodowej	1	2	0

Metody kształcenia	Prezentacja, Zajęcia audytoryjne		
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM		EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.		

Forma i warunki zaliczenia	Uczyszczanie na zajęciach. Uzyskanie oceny pozytywnej z kolokwium końcowego.		
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu		
	Kolokwium końcowe 100%		

Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	ergonomia		Ważona	
	1	ergonomia [wyczenia]	zaliczenie z ocen		1,00

Literatura podstawowa	J. Long J. I in. (2011): Cognitive ergonomics and human-computer interaction, Cambridge University Press, Cambridge
	Kowal E. (2002): Ekonomiczno-społeczne aspekty ergonomii, PWN, Warszawa-Poznań
	Rosner J. (1985): Ergonomia, Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa
	Rosner J. (1982): Podstawy ergonomii Materiały do zajęć dydaktycznych z podstaw ergonomii., Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa
	Tytek E. (2001): Projektowanie ergonomiczne, Wydawnictwo Naukowe PWN, Wydawnictwo Naukowe PWN
Literatura uzupełniająca	Boryczka M. (2014): Ergonomia i bezpieczeństwo pracy, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego, Katowice

NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	15	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2	0
Przygotowanie się do zajęć	5	0
Studiowanie literatury	5	0
Udział w konsultacjach	15	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	8	0
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	50	
Liczba punktów ECTS	2	

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: filozofia z bioetyk (OGÓLNOUCZELNIANE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_24S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno :		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	1	wiczenia	10	0	ZO	3
		wykład	5	0	ZO	
Razem			15			3
Koordynator przedmiotu:		ks. dr hab. GRZEGORZ CHOJNACKI				
Prowadz cy zaj cia:		ks. dr hab. GRZEGORZ CHOJNACKI				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest dostarczenie wiedzy z zakresu wpływu filozofii na nauk poprzez przedstawienie buddyzmu i technik uwa no ci. Student nab dzie umiej tno szerokiego spojrzenia na moralno i etycznie w zakresie prowadzonych bada (m.in. bioetycznych i z historii medycyny).				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza z zakresu filozofii.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Uzyskuje pogł bion i uporz dkowan wiedz na temat wpływu nurtów filozoficznych na nauk .		K_W03	
	2	EP2	Ma wiedz na temat teoretycznych podstaw działa profilaktycznych i interwencyjnych w zakresie wła ciwym dla mindfulness, zna zasady praktyki opartej na dowodach; ma uporz dkowan wiedz o zdrowiu i chorobie.		K_W03	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi wykorzysta wiedz teoretyczn z zakresu mindfulness oraz powi zanych z ni dyscyplin w diagnostyce sportowej.		K_U02 K_U12	
	2	EP4	Potrafi samodzielnie planowa i realizowa własne uczenie si wicze mindfluness przez całe ycie i ukierunkowywa innych w tym zakresie.		K_U12	
kompetencje społeczne	1	EP5	Jest gotowy do realizowania zada zawodowych; wykazuje aktywno w podejmowaniu indywidualnych i zespołowych działa profesjonalnych w zakresie mindfulness.		K_K05	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: filozofia z bioetyk						
Forma zaj : wykład						
1. Przegl d klasycznych nurtów filozoficznych, Kant, Nietzsche, Buddyzm				1	3	0
2. Etyka i Bioetyka				1	2	0
Forma zaj : wiczenia						

1. Trening uwa no ci		1	6	0	
2. Dylematy etyczne i bioetyczne		1	4	0	
Metody kształcenia	wykład, wykład interaktywny, symulacje, prezentacja				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	KOLOKWIUM			EP2,EP3,EP5	
	PREZENTACJA			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem zaliczenia jest pozytywne zdanie kolokwium				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocen stanowi rednia arytmetyczna				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	filozofia z bioetyk		Arytmetyczna	
	1	filozofia z bioetyk [wykład]	zaliczenie z ocen		
	1	filozofia z bioetyk [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Ameli, Rezvan. (2019): Dobry oddech : zmniejsz stres, popraw koncentracj , zapanuj nad emocjami , Wydawnictwo Charaktery, , Kielce				
	Pastwa, Rafał (2015): Bioetyka : w imi post pu i przetrwania , Wydawnictwo Marek Derewiecki,				
Literatura uzupełniają ca	Segal, Zindel V. (2017): Terapia poznawcza depresji oparta na uwa no ci : profilaktyka nawrotów, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiello skiego, , Kraków				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne	15	0			
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4	0			
Przygotowanie si do zaj	12	0			
Studiowanie literatury	10	0			
Udział w konsultacjach	9	0			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	10	0			
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	15	0			
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S							
Nazwa przedmiotu: fizjologiczne podstawy ywienia i trawienia (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_2S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca			
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	2	wiczenia	20	0	ZO	5	
		wykład	10	0	E		
Razem			30			5	
Koordynator przedmiotu:		dr MACIEJ BURYTA					
Prowadz cy zaj cia:		dr MACIEJ BURYTA					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest przyswojenie wiedzy i umiej tno ci w zakresie fizjologicznych podstaw ywienia i trawienia. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia wła ciwych działa w zakresie ywienia i trawienia sportowca.					
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat racjonalnego ywienia					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Rozumie zasady racjonalnego ywienia, posiada wiedz na temat trawienia makroskładników od ywczych i roli enzymów trawiennych.			K_W15 K_W18	
	2	EP2	Posiada wiedz na temat poradnictwa dietetycznego i roli bakterii jelitowych w trawieniu składników od ywczych.			K_W08 K_W18	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi wskaza bł dy i zaniedbania ywieniowe, potrafi wskaza zalety dietyterapii i suplementacji w odbudowie bariery jelitowej.			K_U07	
	2	EP4	Potrafi scharakteryzowa podstawowe produkty ywieniowe i okre li ich wpływ na zaburzenia trawienia.			K_U07 K_U14	
kompetencje społeczne	1	EP5	Ma wiadomo roli prawidłowego ywienia człowieka poddanego intensywnej aktywno ci fizycznej.			K_K08	
	2	EP6	Rozumie potrzeb dalszego kształcenia si w zakresie zaburze trawienia w sporcie.			K_K01	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: fizjologiczne podstawy ywienia i trawienia							
Forma zaj : wykład							
1. Trawienie makroskładników od ywczych, rola enzymów oraz patologie					2	3	0
2. Rola bakterii jelitowych w trawieniu składników od ywczych					2	2	0
3. Bariera jelitowa ? budowa i funkcje					2	5	0

Forma zaj : wiczenia						
1. Zaburzenia trawienia w sporcie ? IBS, SIBO, SIFO			2	5	0	
2. Markery uszkodzenia bariery jelita cienkiego ? funkcje, diagnostyka, dietoterapia			2	5	0	
3. Suplementacja odbudowuj ca barier jelitow 10 h			2	10	0	
Metody kształcenia		wykłady, prezentacje multimedialne, dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
		EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP5	
		PREZENTACJA			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6	
		ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)			EP6	
		Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.				
Forma i warunki zaliczenia		<p>Warunkiem uzyskania zaliczenia jest:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Obecno i aktywne uczestnictwo w zaj ciach, weryfikacja poprzez obserwacj 2. Pozytywna ocena z prezentacji 3. Pozytywna ocena z egzaminu. <p>W okresie nauczania hybrydowego lub wył cznie nauczania zdalnego nast pi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na nast puj ce wymogi: Odpowied ustna z zakresu wykładów i literatury - na platformie MS Teams. Zaliczenie z ocen z wicze , obejmuj ce prac pisemn i aktywno na zaj ciach.</p> <p>Zasady wyliczania oceny z przedmiotu</p> <p>Ocen ko ców stanowi rednia arytmetyczna z:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prezentacja na wiczeniach - 30% oceny ko cowej 2. Egzamin - 70% oceny ko cowej. <p>W okresie nauczania hybrydowego lub wył cznie nauczania zdalnego nast pi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na nast puj ce wymogi: zasady wyliczania oceny z przedmiotu - 70% ocena z wykładów, 30% ocena z wicze .</p>				
Metoda obliczania oceny ko cowej		Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
		2	fizjologiczne podstawy ywienia i trawienia		Wa ona	
		2	fizjologiczne podstawy ywienia i trawienia [wykład]	egzamin		0,30
		2	fizjologiczne podstawy ywienia i trawienia [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,70
Literatura podstawowa		H. Ciborowska, A. Rudnicka (2014): Dietetyka zdrowego i chorego człowieka, PZWL, Warszawa				
		Krauss H. (red.) (2019): Fizjologia ywienia, PZWL, Warszawa				
Literatura uzupełniaj ca		G. Zydek, M. Michalczyk, A. Zaj c (2017): Nowe trendy w ywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie, AWF Katowice, Katowice				
		Ziemla ski S. (1985): Fizjologiczne podstawy ywienia sportowców, Wydawnictwa Instytutu Sportu, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA						
			Liczba godzin			
			W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne			30	0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu			5	0		
Przygotowanie si do zaj			22	0		
Studiowanie literatury			12	0		
Udział w konsultacjach			14	0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			22	0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia			20	0		

Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	125
Liczba punktów ECTS	5

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Moduł: Przedmiot do wyboru w j. z. angielskim [moduł]						
Nazwa przedmiotu: genetic basis of health (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_44S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 	
Status przedmiotu: fakultatywny				J. zyk przedmiotu: semestr: 1 - j. zyk angielski j. zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	1	wiczenia	15	0	ZO	3
		wykład	5	0	ZO	
Razem			20			3
Koordynator przedmiotu:		dr in . JAKUB SKORUPSKI				
Prowadz cy zaj cia:		dr in . JAKUB SKORUPSKI				
Cele przedmiotu:		<p>Przedstawienie podstawowych poj , prawidłowo ci i problemów dotycz cych genetycznych podstaw zdrowia człowieka.</p> <p>Zapoznanie z podstawionymi elementami genetyki klinicznej zwi zanyymi z zaburzeniami metabolicznymi oraz czynnikami ryzyka wyst pienia urazów u człowieka.</p> <p>Nabywanie umiej tno ci rozpoznawania podstawowych objawów zaburze genetycznych wyst puj cych u człowieka.</p>				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza z zakresu genetyki i biologii komórki.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP3	Rozumie udział czynników genetycznych w metabolizmie podstawowych składników pokarmowych oraz utrzymaniu homeostazy i procesach adaptacji do zmian rodowiskowych.		K_W08 K_W15	
	2	EP8	Ma wiedz na temat znaczenia wariantów genetycznych jako genetycznych czynników ryzyka wyst powania urazów u zawodników sportowych.		K_W09 K_W17	
umiej tno ci	1	EP4	Potrafi rozpozna podstawowe objawy uwarunkowanych genetycznie bloków metabolicznych wyst puj cych u człowieka.		K_U08 K_U14	
	2	EP5	Ma umiej tno zidentyfikowania problemów z zakresu genetyki klinicznej i zna podstawowe sposoby ich rozwi zania.		K_U08 K_U10	
kompetencje społeczne	1	EP6	Jest ch tny do współdziałania z innymi członkami zespołu w celu rozwi zania zada genetycznych.		K_K03 K_K05 K_K07	
	2	EP7	Aktywnie propaguje i popularyzuje wiedz z zakresu genetyki klinicznej w rodowisku sportowym.		K_K04	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: genetic basis of health						
Forma zaj : wykład						

1. Budowa DNA i RNA	1	2	0		
2. Mechanizmy ekspresji genetycznej	1	3	0		
Forma zaj : wiczenia					
1. Wprowadzenie do genetyki człowieka z elementami genetyki klinicznej	1	3	0		
2. Schemat dziedziczenia autosomalnego oraz sprz onego z płci u człowieka	1	3	0		
3. Zasady dziedziczenia wieloczynnikowego u człowieka	1	3	0		
4. Genetyczne podstawy zaburze metabolizmu w glowodanów i białek	1	3	0		
5. Genetyczne podstawy zaburze metabolizmu lipidów i wchłaniania metali	1	3	0		
Metody kształcenia	wykłady prowadzone w formie informacyjno-konwersatoryjnej z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych, wiczenia audytoryjne prowadzone metoda pracy w grupach				
Metody weryfikacji efektów uczenia si			Nr efektu uczenia si z sylabusu		
	KOLOKWIUM		EP3,EP8		
	SPRAWDZIAN		EP4,EP5		
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)		EP6,EP7		
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.					
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: ocena ko cowa z wykładów wystawiana na podstawie oceny z kolokwium. Zaliczenie wicze : ocena ko cowa z wicze wystawiana na podstawie oceny ze sprawdzianu oraz aktywno ci na wiczeniach.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Ocena ko cowa z przedmiotu wyliczana jest na podstawie oceny ko cowej z wicze i oceny z egzaminu w stosunku 1:1.					
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	genetic basis of health		Arytmetyczna	
	1	genetic basis of health [wykład]	zaliczenie z ocen		
1	genetic basis of health [wiczenia]	zaliczenie z ocen			
Literatura podstawowa	Brown T.A. (Red.) (2015): Genomy, Wydawnictwo PWN				
	Connor M, Ferguson-Smith M. (1998): Podstawy genetyki klinicznej, Wydawnictwo PZWL				
	Jorde LB (Red.) (2000): Genetyka medyczna, Wydawnictwo Czelej				
Literatura uzupełniają ca	W gle ski P. (Red.) (2012): Genetyka molekularna, Wydawnictwo PWN				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne	20		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4		0		
Przygotowanie si do zaj	10		0		
Studiowanie literatury	15		0		
Udział w konsultacjach	10		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	16		0		

Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	75
Liczba punktów ECTS	3

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: informatyzacja procesu treningu sportowego (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_50S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	laboratorium	15	0	ZO	3	
Razem			15			3	
Koordynator przedmiotu:		mgr ROBERT TERCZY SKI					
Prowadz cy zaj cia:		mgr ROBERT TERCZY SKI					
Cele przedmiotu:		<p>Zapoznanie studentów z zasadami informatyzacji procesów uzyskiwania danych oraz przetwarzania danych w diagnostyce sportowej.</p> <p>Zapoznanie studentów z instrumentami informatycznymi niezb dnymi przy optymalizacji treningu sportowego.</p> <p>Wyja nienie zasad funkcjonowania zintegrowanych systemów informatycznych.</p> <p>Zapoznanie studentów z podstawami zastosowania narz dzi informatycznych w pracy diagnosty sportowego.</p> <p>Prezentowanie podstawowych poj , ukazanie przykładów rozwi zywania konkretnych problemów i zagadnie z zastosowaniem poszczególnych programów komputerowych, zdobywanie przez studentów umiej tno ci samodzielniego wyboru i dostosowywania poszczególnych narz dzi informatycznych.</p> <p>Student jest gotowy do wdra nia zintegrowanych systemów informatycznych w swojej pracy zawodowej oraz do stałego uaktualniania wiedzy zgodnie z najnowszymi trendami w tej dziedzinie.</p>					
Wymagania wst pne:		Brak					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu		
wiedza	1	EP1	Poznae zasady informatyzacji procesu treningu sportowego oraz sposoby uzyskiwania i przetwarzania danych.		K_W05 K_W14		
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi dokona samodzielniego wyboru narz dzi informatycznych i wdra a je w diagnostyce sportowej.		K_U10		
kompetencje społeczne	1	EP3	Jest gotowy do zastosowania zdobytej wiedzy z zakresu informatyzacji treningu sportowego w swojej pracy zawodowej oraz do stałego uaktualniania wiedzy zgodnie z najnowszymi trendami w tej dziedzinie.		K_K01 K_K05 K_K06		
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: informatyzacja procesu treningu sportowego							
Forma zaj : laboratorium							
1. Charakterystyka i wykorzystanie metod analizy danych w sporcie					3	1	0
2. Charakterystyka informatycznych systemów wspomagaj cych optymalizacj struktury treningu sportowego					3	1	0
3. Zintegrowane systemy informatyczne wyst puj ce w diagnostyce sportowej					3	2	0
4. Planowanie infrastruktury informatycznej w diagnostyce sportowej					3	2	0
5. Metodyka wdra nia zintegrowanych systemów informatycznych w klubie sportowym					3	1	0

6. Wy sze funkcje ogólnodost pnych programów komputerowych	3	3	0
7. Zastosowanie metod analizy danych w klubie sportowym	3	1	0
8. Etapy prac analitycznych	3	1	0
9. Formy prezentacji wyników	3	3	0

Metody kształcenia	Zaj cia audytoryjne, zaj cia laboratoryjne, prezentacja.				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu
	PROJEKT				EP1,EP2,EP3
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Obecno na zaj ciach, uzyskanie oceny pozytywnej z projektu.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Praca semestralna (projekt)100%				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	informatyzacja procesu treningu sportowego		Nieobliczana	
	3	informatyzacja procesu treningu sportowego [laboratorium]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Ci szczyk P., Boichanka S. (2008): Statystyka dla studiuj cych na uczelniach sportowych, International Association of Ontokinesiologists, Szczecin				
	Januszewski A. (2008): Funkcjonalno informatycznych systemów zarz dzania, Tom 1, PWN, Warszawa				
	Kie un W. (1997): Sprawne zarz dzanie organizacj , Sprawne zarz dzanie organizacj , Warszawa				
	Kisielnicki J. (2008): MIS - systemy informatyczne zarz dzania, Wydawnictwo Placet, Warszawa				
	Kisielnicki J. i wspł. (2012): Zintegrowane systemy informatyczne, PWN, Warszawa				
	Stanisz A. (2007): Przyst pny kurs statystyki, StatSoft				
Literatura uzupełniaj ca	Wróblewska K. (2005): Przewodnik po Internecie. Co, gdzie i jak szuka , , Gda sk				

NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zaj cia dydaktyczne	15	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2	0
Przygotowanie si do zaj	18	0
Studiowanie literatury	5	0
Udział w konsultacjach	10	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	25	0
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	0	0
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Moduł: J zyk obcy [moduł]							
Nazwa przedmiotu: j zyk angielski (OGÓLNOUCZELNIANE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3507_11S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 		
Status przedmiotu: fakultatywny				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk angielski j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	lektorat	30	0	ZO	2	
Razem			30			2	
Koordynator przedmiotu:		mgr MIROŚLAW LICHOSIK					
Prowadz cy zaj cia:		mgr MIROŚLAW LICHOSIK					
Cele przedmiotu:		Konsolidacja materiału na poziomie B2. Dodatkowe słownictwo i struktury j zykowe zgodne ze specjalizacj kierunku na poziomie B2 +					
Wymagania wst pne:		Poziom kompetencji j zykowej definiowanej jako B2					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna słownictwa specjalistyczne z zakresu diagnostyki sportowej.			K_W13	
umiej tno ci	1	EP2	Rozumie teksty dotycz ce studiowanej dziedziny, a tak e teksty o charakterze ogólnoakademickim. Potrafi dostrzec znaczenie ukryte, wyra one po rednio. Potrafi przygotowa ró norodne opracowania pisemne dot. studiowanego kierunku, a tak e przedstawi wyniki swoich własnych bada naukowych. Potrafi formułowa przejrzyste i rozbudowane wypowiedzi ustne dotycz ce j zyka potrzebnego do prawidłowego funkcjonowania w rodowisku akademickim i w rodowisku pracy.			K_U06	
kompetencje społeczne	1	EP3	Ma wiadomo potrzeby uczenia si przez całe ycie. Pracuje samodzielnie nad powierz on prac konsultuj c si ze specjalistami jest kreatywny w rozwi zywaniu zada .			K_K02	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: j zyk angielski							
Forma zaj : lektorat							
1. Zaj cia po wi cone na powtórzenie przerobionego materiału i kolokwia					3	10	0
2. Zaj cia zwi zane z materiałem leksykalno-gramatycznym zawartym w podr czniku i wynikaj cym z celów nauczania na poziomie B2+					3	10	0
3. Zaj cia doskonal ce wszystkie kompetencje j zykowe (słuchanie, mówienie, czytanie i pisanie) odnosz ce si do słownictwa i tematyki w zakresie proponowanym w podr czniku. (patrz: literatura podstawowa).					3	10	0

Metody kształcenia	opracowanie krótkich filmów (sceny z życia codziennego), czytanie, analiza i tłumaczenie tekstów, symulacja scenek z życia codziennego, ćwiczenia gramatyczne (pisane i interaktywne), pisanie krótkich tekstów (maile, listy), prezentacje samodzielnie przygotowanych zagadnień, konwersacje, słuchanie dialogów, tekstów i wiadomości				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2,EP3
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	WARUNKI zaliczenia: obecność, aktywność na zajęciach, zaliczenie testów czystkowych, prac pisemnych lub prezentacji.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	FORMA zaliczenia według planu studiów: kolokwium, zaliczenie na ocenę. OCENA za semestr na podstawie ocen z testów, prac pisemnych, oceny aktywności. Ocena końcowa (koordynatora) z przedmiotu to ocena z zaliczenia.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	język angielski		Ważona	
	3	język angielski [lektorat]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa					
Literatura uzupełniająca	wg wyboru prowadzącego :				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2		0		
Przygotowanie się do zajęć	4		0		
Studiowanie literatury	4		0		
Udział w konsultacjach	14		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	0		0		
Łączny nakład pracy studenta w godz.	54				
Liczba punktów ECTS	2				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Moduł: J zyk obcy [moduł]							
Nazwa przedmiotu: j zyk niemiecki (OGÓLNOUCZELNIANE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3508_10S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: fakultatywny				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	lektorat	30	0	ZO	2	
Razem			30			2	
Koordynator przedmiotu:		mgr JOANNA PA NICKA-STOPA					
Prowadz cy zaj cia:		mgr JOANNA PA NICKA-STOPA					
Cele przedmiotu:		Konsolidacja materiału na poziomie B2. Dodatkowe słownictwo i struktury j zykowe zgodne ze specjalizacj kierunku na poziomie B2+.					
Wymagania wst pne:		Poziom kompetencji j zykowej definiowanej jako B2.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna konstrukcje gramatyczne, frazeologi i słownictwo pozwalaj ce na zrozumienie tekstów dotycz cych danego kierunku studiów oraz tekstów o charakterze akademickim.			K_W13	
	2	EP2	Rozumie teksty dotycz ce studiowanej dziedziny, a tak e teksty o charakterze ogólnoakademickim. Potrafi dostrzec znaczenie ukryte, wyra one po rednio.			K_W13	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi przygotowa ró norodne opracowania pisemne dot. studiowanego kierunku, a tak e przedstawi wyniki swoich własnych bada naukowych.			K_U06	
	2	EP4	Potrafi formułowa przejrzyste i rozbudowane wypowiedzi ustne dotycz ce j zyka potrzebnego do prawidłowego funkcjonowania w rodowisku akademickim i w rodowisku pracy.			K_U06	
kompetencje społeczne	1	EP5	Ma wiadomo uczenia si przez całe ycie.			K_K06	
	2	EP6	Jest gotowy do samodzielnej pracy.			K_K02	
	3	EP7	Jest gotów do aktywnego, kreatywnego uczestnictwa w pracy zespołowej.			K_K05	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: j zyk niemiecki							
Forma zaj : lektorat							
1. Lektorat					3	20	0

2. Lektorat		3	10	0	
Metody kształcenia	konwersacje, słuchanie dialogów, tekstów i wiadomości, oglądanie krótkich filmów, czytanie, analiza i tłumaczenie tekstów specjalistycznych, związane z kierunkiem studiów, ćwiczenia gramatyczne, pisanie krótkich tekstów (np. maile, interpretacja diagnostyki laboratoryjnej)				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4	
	ZAJCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	obecność, aktywność na zajęciach, zaliczenie tekstów czytelniczych, prac pisemnych lub prezentacji				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	średnia ocen uzyskanych w ciągu semestru				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	jzyk niemiecki		Ważona	
	3	jzyk niemiecki [lektorat]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa					
Literatura uzupełniająca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2		0		
Przygotowanie się do zajęć	2		0		
Studiowanie literatury	4		0		
Udział w konsultacjach	8		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	4		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	50				
Liczba punktów ECTS	2				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: kinezylogia praktyczna (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_49S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	2	laboratorium	30	0	ZO	4
Razem			30			4
Koordynator przedmiotu:		dr BEATA FLORKIEWICZ				
Prowadz cy zaj cia:		dr BEATA FLORKIEWICZ				
Cele przedmiotu:		<p>Nabycie wiedzy w zakresie psycho-neuro-fizjologicznych reakcji ludzkiego organizmu w czasie wykonywania zada ruchowych u osób zró nicowanych wiekiem, poziomem sprawno ci fizycznej i stanem zdrowia.</p> <p>Nabycie umiej tno ci w zakresie w projektowania, zorganizowania i przeprowadzenia badan naukowych wykorzystuj cych pomiar kinezylogiczny. Przygotowanie studenta do oceny funkcjonowania organizmu człowieka oraz planowania działa maj cych na celu popraw jego sprawno ci.</p> <p>Kształtowanie kompetencji gotowo ci do wdra ania aktywno ci badawczej z zakresu diagnozy sportowej oraz działa profilaktycznych ukierunkowanych na popraw funkcjonowania organizmu w zdrowiu i chorobie.</p>				
Wymagania wst pne:		Przed przyst pieniem do przedmiotu student posiada wiedze, umiej tno ci i kompetencje z zakresu: anatomii, biofizyki, biomechaniki.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Zna i rozumie zaawansowane koncepcje teoretyczne dotycz ce biologicznych mechanizmów sterowania i regulacji ruchu w czasie realizacji czynno ci ruchowych w warunkach spoczynku oraz zm czenia fizycznego.			K_W17
	2	EP2	Zna w poszerzonym zakresie zasady, kryteria i metody pomiaru kinezylogicznego w grupach sportowych oraz u osób podejmuj cych aktywno rekreacyjn i rehabilitacyjn .			K_W07 K_W09
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi w sposób pogł biony dokona oceny i opracowania wyniki pomiarów kinezylogicznych oraz formułuje wnioski dla praktyki procesu treningu sportowego.			K_U04 K_U05
	2	EP4	Posługuje si sprz tem niezbd nym do realizacji badan z zakresu kinezylogii. Dobiera wła ciwe metody i techniki diagnozy poziomu sprawno ci motorycznej.			K_U10
	3	EP5	Potrafi planowa i organizowa programy aktywno ci fizycznej oraz wicze interwencyjnych z uwzgl dnieniem wieku, poziomu sprawno ci fizycznej i stanu zdrowia uczestników.			K_U13

kompetencje społeczne	1	EP6	Jest przygotowany do dbała ci o zasady bezpiecze stwa swojego oraz uczestników podczas pomiaru kinezyjologicznego oraz zaj ruchowych poprzez ocen stanu technicznego urz dze pomiarowych, wła ciwy dobór liczebno ci grup wicze bnych i sprawna organizacja bada .	K_K07		
	2	EP7	Jest gotów do wdra ania aktywno ci badawczej w zakresie diagnozy sportowej i stosowania metod pomiaru kinezyjologicznego jako stałego elementu procesu treningu sportowego.	K_K04		
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: kinezyjologia praktyczna						
Forma zaj : laboratorium						
1. Funkcjonalny model działania układu ruchu jako przedmiot bada w obr bie kinezyjologii praktycznej				2	2	0
2. Analiza czynno ciowa ruchów prostych i zło onych				2	2	0
3. Stabilno posturalna, propriocepcja i kontrola neuromi niowa - metody oceny				2	2	0
4. Mechanizmy i poziomy sterowania ruchami dowolnymi i zautomatyzowanymi				2	2	0
5. Sterowanie ruchem i kontrola motoryczna w otnogenezie				2	2	0
6. Ocena funkcjonalna chodu i innych form ruchów lokomocyjnych				2	4	0
7. Okulomotoryczne determinanty realizacji zada ruchowych				2	2	0
8. Analiza najnowszych bada naukowych z zakresu kinezyjologii				2	2	0
9. Metodologia bada z zakresu kinezyjologii. Analiza programów wicze interwencyjnych dla grup sportowych, osób z niepełnosprawno ci , osób starszych.				2	4	0
10. Realizacja projektu - zaj cia warsztatowe: badania z wykorzystaniem pomiaru kinezyjologicznego, omówienie wyników bada , sformułowanie wniosków poznawczych i aplikacyjnych, przygotowanie programu wicze interwencyjnych dla wskazanej grupy sportowej.				2	8	0
Metody kształcenia	metody poszukuj ce: problemowe, wiczeniowo-praktyczne, metody oparte na obserwacji i pomiarze, dyskusja					
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
	KOŁOKWIUM				EP1,EP2	
	PREZENTACJA				EP7	
	PROJEKT				EP3,EP4,EP5,EP6	
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP4	
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.						
Forma i warunki zaliczenia	1. Projekt, w którym nale y przygotowa procedury badan z wykorzystaniem pomiaru kinezyjologicznego, przeprowadzi badania wskazanej grupy, opisa wyniki badan, sformułowa wnioski poznawcze i aplikacyjne, oraz wdrowy program wicze interwencyjnych).					
	2. Prezentacja ustna (multimedialna) zwi zana z tematyka najnowszych bada naukowych prowadzonych z wykorzystaniem pomiaru kinezyjologicznego (na podstawie danych ró dowych pochodz cych z czasopism z dziedziny kultury fizycznej). Pytania i odpowiedzi w dyskusji naukowej nad podejmowanym zagadnieniem.					
	3. Kolokwium pisemne (pytania wymagaj ce dłu szej wypowiedzi pisemnej zawieraj cej terminologie, poj cia z zakresu kinezyjologii, charakterystyk przebiegu procesów czynno ci ruchowych i ich uwarunkowa , kryteria i metody pomiaru kinezyjologicznego w treningu sportowych, rekreacyjnym i rehabilitacyjnym).					
Zasady wyliczania oceny z przedmiotu						
Ocen ko ców stanowi rednia arytmetyczna ocen cz stkowych z przedmiotu.						
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot		Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	kinezyjologia praktyczna			Ważona	
	2	kinezyjologia praktyczna [laboratorium]		zaliczenie z ocen		1,00

Literatura podstawowa	Błaszczuk J. (2004): Biomechanika kliniczna, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa	
	Czasopisma z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej : Kinesiology, International Journal of Kinesiology and Sports Science, Antropomotoryka. Journal of Kinesiology and Exercise Sciences, Journal of Human Kinetics , Journal of Biomechanics, Human Movement	
	Król H., Mynarski W. (2005): Cechy ruchu – charakterystyka i możliwości parametryzacji, AWF Katowice, Katowice	
	Raczek J. (2010): Antropomotoryka. Teoria motoryczności człowieka w zarysie, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa	
Literatura uzupełniająca	Juras G. (2003): Koordynacyjne uwarunkowania procesu uczenia się utrzymywania równowagi ciała, AWF Katowice, Katowice	
	Kusy K., Zielinski J. (2017): Nowoczesne metody diagnostyczne w sporcie: przewodnik trenera, AWF Poznań, Poznań	
	Niewolna N., Zwierko T. (2015): The effect of core stability and functional exercises on selected speed and strength parameters in expert female footballers, Central European Journal of Sport Sciences and Medicine, 12(4), 4-10	
	Santana J.C. (2017): Trening Funkcjonalny, DB Publishing	
	Stepinski M, Ceylan HI, Zwierko T. (2020): Seasonal variation of speed, agility and power performance in elite female soccer players: effect of functional fitness., Phys Activ Rev, 8, 16-25	
	Zwierko T. (2011): Przebieg procesów sensomotorycznych i funkcji bioelektrycznej układu wzrokowego pod wpływem zwiększenia intensywności wysiłku fizycznego u młodych aktywnych ruchowo mężczyzn, Rozprawy i Studia T. (DCCLXXIII) 799, Uniwersytet Szczeciński, Szczecin	
	Zwierko, T.; Jedziniak, W.; Florkiewicz, B.; Lesiakowski, P.; Sliwiak, M.; Kirkiewicz, M.; Lubinski W. (2022): Physical Activity Is It Improved Visuomotor Older Adults with Moderate and Advanced Glaucomatous Visual Field Defect: A Cross-Sectional Study, Int. J. Environ. Res. Public Health 2022, 19(3), 1760	
NAKŁAD PRACY STUDENTA		
	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	30	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	3	0
Przygotowanie się do zajęć	10	0
Studiowanie literatury	10	0
Udział w konsultacjach	20	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	14	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	13	0
Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.	100	
Liczba punktów ECTS	4	

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S						
Nazwa przedmiotu: klasyfikacja i charakterystyka diet (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ2983_1S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	2	wiczenia	15	0	ZO	3
Razem			15			3
Koordynator przedmiotu:		dr in . ANNA KRAJEWSKA-P DZIK				
Prowadz cy zaj cia:		dr in . ANNA KRAJEWSKA-P DZIK				
Cele przedmiotu:		Celem zaj jest: - zapoznanie studenta z ró nymi sposobami ywienia osób aktywnych fizycznie, rodzajami diet, składem i wła ciwo ciami po ywienia pod k tem zaspokajania potrzeb ywieniowych sportowców, - nabycie umiej tno ci dokonywania analizy i planowania działa z zakresu profilaktyki i edukacji ywienia człowieka z uwzgl dnieniem rekomendacji ywieniowych, - nabycie umiej tno ci dotycz cych promowania i edukowania w zakresie podstaw ywienia człowieka, stosuj c innowacyjne podej cia i technologie edukacyjne.				
Wymagania wst pne:		Student wyra a własne opinie, dyskutuje, wykonuje prac samodzielnie i w grupie.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Zna ró ne rodzaje diet oraz zasady post powania ywieniowego uwzgl dniaj c wiek, wysiłek fizyczny, stan fizjologiczny, informacj genetyczn i stan zdrowia, w tym równie profilaktyk chorób dietozale nych, na poziomie zaawansowanym.			K_W08 K_W15
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi biegle zaplanowa i wdroy post powanie ywieniowe dostosowane do wieku, wysiłku fizycznego, stanu fizjologicznego, informacji genetycznej i stanu zdrowia, w tym równie w ramach profilaktyki chorób dietozale nych.			K_U07 K_U14
kompetencje społeczne	1	EP3	Systematycznie wzbogaca wiedz zawodow i kształtuje umiej tno ci d c do profesjonalizmu.			K_K01
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: klasyfikacja i charakterystyka diet						
Forma zaj : wiczenia						
1. Klasyfikacja i charakterystyka diet oraz okre lenie ich wad i zalet. Omówienie bł dów ywieniowych zwi zanych z uszkodzeniem i regeneracj układu ruchu w sporcie.			2	10	0	
2. Komponowanie tygodniowego jadłospisu zgodnego z indywidualnymi parametrami osób aktywnych fizycznie.			2	5	0	
Metody kształcenia		prezentacja multimedialna, analiza wykonanych zada , opracowanie projektu dyskusja, „burza mózgów”, planowanie jadłospisu dla wybranego sportowca;				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2
	PREZENTACJA				EP1
	PROJEKT				EP1,EP2,EP3
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP2,EP3
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	wiczenia: zaliczenie wicze na podstawie frekwencji na zajęciach, aktywnego udziału w zajęciach, pozytywnej oceny z pracy grupowej (prezentacja i jadłospis) oraz pozytywnej oceny z kolokwium.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Ocen ko ców stanowi ocena z wicze .					
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	klasyfikacja i charakterystyka diet		Ważona	
	2	klasyfikacja i charakterystyka diet [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Fr czek B., Krzywi ski J., Krysztofiak H. (2019): Dietetyka spotowa, PZWŁ, Warszawa				
	Gaw cki J., Hryniewiecki L. (red.) (2009): ywienie człowieka. Podstawy nauki o ywieniu, PWN, Warszawa				
	Monk K. (2013): Diety oczami naukowców, Wydawnictwo Innowacyjne Novae Res, copyright, Gdynia				
	Ostrowska L., Adamska-Patruno E. (2020): Dietetyka kompendium, PZWŁ, Warszawa				
	Włodarek D. i in. (2014): Dietoterapia,, Wydawnictwo Lekarskie PZWŁ, Warszawa				
Literatura uzupełniają ca	America journal of sport science –wybrane aktualne publikacje :				
	Celejowa I. (2001): ywienie w treningu i walce sportowej , COS , Warszawa				
	Ciborowska H., Rudnicka A. (2015): Dietetyka: ywienie zdrowego i chorego człowieka, Wydawnictwo Lekarskie PZWŁ, Warszawa				
	International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism – wybrane aktualne publikacje (2020):				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne		15		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		4		0	
Przygotowanie się do zaj		11		0	
Studiowanie literatury		10		0	
Udział w konsultacjach		15		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		10		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		10		0	
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.		75			
Liczba punktów ECTS		3			

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM						
Moduł: Diagnoza i planowanie treningu motorycznego w wybranych sportach [moduł]						
Nazwa przedmiotu: lekkoatletyka (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_10S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	15	0	ZO	3
		wykład	5	0	ZO	
Razem			20			3
Koordynator przedmiotu:		dr JERZY IWI SKI				
Prowadz cy zaj cia:		dr JERZY IWI SKI				
Cele przedmiotu:		Nabycie przez studentów kompetencji w zakresie oceny i kontroli prawidłowo ci procesu szkoleniowego w lekkiej atletyce				
Wymagania wst pne:		brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Zna i rozumie procesy zm czenia i regeneracji powysiłkowej wyst puj ce w poszczególnych konkurencjach lekkoatletycznych.			K_W01
	2	EP2	Zna metody oceny sprawno ci specjalnej w lekkiej atletyce.			K_W07
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi dokona oceny poziomu przygotowania motorycznego w poszczególnych konkurencjach lekkoatletycznych z uwzgl dnieniem płci i wieku zawodników.			K_U04
	2	EP4	Potrafi interpretowa wyniki bada motorycznych i formułowa wnioski i wdra a je do procesu szkolenia lekkoatletycznego.			K_U05
	3	EP5	Potrafi dokumentowa , przetwarza i analizowa parametry fizjologiczne, biomechaniczne zawodnika, uzyskane w toku bada z wykorzystaniem technik informatycznych i elektronicznych ródeł informacji oraz dokona szczegółowej analizy uzyskanych wyników.			K_U03
	4	EP6	Czynnie uczestnicz c w procesie planowania treningu lekkoatletycznego realizuje własny rozwój zawodowy w zakresie diagnostyki sportowe.			K_U09
kompetencje społeczne	1	EP7	W kontaktach z zawodnikami odnosi si z szacunkiem i zrozumieniem, przestrzegaj c zasad etyki zawodowej.			K_K03
	2	EP8	Jest gotów do stosowania zasad bezpiecze stwa i ergonomii pracy podczas zaj i prowadzonych przez siebie bada .			K_K07

TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI		Semestr	Liczba godzin zaj		
				w tym e-learning	
Przedmiot: lekkoatletyka					
Forma zaj : wykład					
1. Struktura czasowa treningu lekkoatletycznego		4	3	0	
2. Struktura rzeczowa treningu lekkoatletycznego		4	2	0	
Forma zaj : wiczenia					
1. rodki i metody treningowe stosowane w szybko ciowych konkurencjach lekkoatletycznych		4	4	0	
2. rodki i metody treningowe stosowane w wytrzymało ciowych konkurencjach lekkoatletycznych		4	4	0	
3. rodki i metody treningowe stosowane w rzutowych konkurencjach lekkoatletycznych		4	4	0	
4. rodki i metody treningowe stosowane w skoczno ciowych konkurencjach lekkoatletycznych		4	3	0	
Metody kształcenia	Metody odtwórcze i twórcze, praca w grupie, zaj cia praktyczne				
Metody weryfikacji efektów uczenia si				Nr efektu uczenia si z sylabusa	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5	
	PROJEKT			EP3,EP5,EP6,EP7,EP8	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Aktywny udział w zaj ciach Zaliczenie kolokwium Przygotowanie projektu				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Zaliczenie kolokwium - 50% oceny z przedmiotu Ocena z projektu - 50% oceny przedmiotu				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	lekkoatletyka		Arytmetyczna	
	4	lekkoatletyka [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	4	lekkoatletyka [wykład]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Raczek J. (1981): Rozwój wytrzymałości dzieci i młodzie y, SiT, Warszawa				
	Soza ski H. (1994): Sport dzieci i młodzie y. Vademecum trenera, RCMS, Warszawa				
	Soza ski H., Witczak T. (1981): Trening szybko ci, SiT, Warszawa				
	Thompson Peter (2014): Podstawy treningu lekkoatletycznego, Polski Zwi zek Lekkiej Atletyki, Warszawa				
	Trzaskoma Z., Trzaskoma Ł. (2001): Kompleksowe zwi ekszanie siły mi niowej sportowców, COS, Warszawa				
Literatura uzupełniają ca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
			W tym e-learning		
Zaj cia dydaktyczne	20	0			
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6	0			
Przygotowanie si do zaj	15	0			
Studiowanie literatury	11	0			

Udział w konsultacjach	14	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	5	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	4	0
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: metodologia badań naukowych (PODSTAWOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_31S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowiązkowy				Język przedmiotu: semestr: 2 - język polski			
Rok	Semestr	Forma zajęć	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	2	wiczenia	10	0	ZO	3	
		wykład	10	0	E		
Razem			20			3	
Koordynator przedmiotu:		dr hab. MARIA NOWAK					
Prowadzący zajęcia:		dr hab. MARIA NOWAK					
Cele przedmiotu:		Celem kształcenia jest zapoznanie studentów z teorią dotyczącą metodologii badań naukowych, a także nabycie umiejętności planowania i realizacji procesu badawczego zgodnie z zasadami etyki prowadzenia badań.					
Wymagania wstępne:		W - wiedza ogólna z zakresu zdrowia człowieka, U - umiejętności z zakresu podstaw informatyki w kontekście podstawowej analizy danych i graficznego przedstawiania wyników badań, K - kreatywność, dążenie do zdobycia wiedzy.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna terminologię z zakresu metodologii badań naukowych prowadzonych w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej.			K_W02	
	2	EP2	Opisuje etapy procesu badawczego.			K_W12	
	3	EP3	Zna wybrane metody, techniki i narzędzia badawcze w badaniach z zakresu diagnostyki sportowej.			K_W12	
umiejętności	1	EP4	Potrafi zaplanować proces badawczy; poprawnie sformułować cel badań i założenia.			K_U12	
	2	EP5	Potrafi poprawnie dobrać metody, techniki i narzędzia badawcze do realizowanego tematu badań.			K_U10	
	3	EP6	Potrafi analizować dane i formułować wnioski z badań oraz dyskutować o wynikach własnych i innych autorów badań.			K_U02 K_U05	
kompetencje społeczne	1	EP7	Kieruje się zasadami etycznymi planując wybrane procesy badawcze.			K_K02	
	2	EP8	Aktywnie i w sposób przedsiębiorczy realizuje procesy badawcze opierając się na tezach z literatury polskiej i zagranicznej.			K_K05 K_K06	
TRENINGI PROGRAMOWE ZAJĘCIA I KONSULTACJE					Semestr	Liczba godzin zajęć	
						w tym e-learning	
Przedmiot: metodologia badań naukowych							
Forma zajęć : wykład							
1. Charakterystyka badań naukowych w diagnostyce sportowej.					2	2	0

2. Metody, techniki i narzędzia badawcze.		2	2	0
3. Zasady prowadzenia badań naukowych.		2	2	0
4. Formułowanie problemów badawczych i hipotez roboczych.		2	2	0
5. Zasady pisania prac dyplomowych,		2	2	0
Forma zajęć : wiczenia				
1. Planowanie procesów badawczych z zakresu dyscypliny nauk o kulturze fizycznej.		2	2	0
2. Formułowanie celów badań, problemów badawczych i hipotez.		2	2	0
3. Tworzenie wybranych narzędzi badawczych przyporządkowanych odpowiedniej technice i metodzie badań.		2	4	0
4. Analiza danych i wnioskowanie.		2	2	0
Metody kształcenia		przygotowanie i realizacja projektu naukowego, prezentacja multimedialna, charakterystyka metodologii wybranych publikacji naukowych - praca z tekstem		
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3
	PROJEKT			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.			
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wicze na podstawie pozytywnej oceny z pracy własnej; przygotowania projektu pracy badawczej. Egzamin pisemny obejmujący zagadnienia realizowane na wykładach.			
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu			
	metoda arytmetyczna			
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny
	2	metodologia badań naukowych		Arytmetyczna
	2	metodologia badań naukowych [wykład]	egzamin	
	2	metodologia badań naukowych [wiczenia]	zaliczenie z ocen	
Literatura podstawowa	Jankowski K., Lenartowicz M. (2005): Metodologia badań empirycznych - podręcznik dla studentów wychowania fizycznego, AWF, Warszawa			
	Siwiński W. (2006): Metodologia badań naukowych, WSHiG, Poznań			
	Teresa Pop (2014): Badania naukowe w rehabilitacji, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów			
Literatura uzupełniająca	Babbie E. (2007): Badania społeczne w praktyce, PWN, Warszawa			
	Kausy K., Zieliński J. (2006): Diagnostyka w sporcie. Podręcznik nowoczesnego trenera, Wydawnictwo Aureus, Kraków			
NAKŁAD PRACY STUDENTA				
		Liczba godzin		
		W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	20		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4		0	
Przygotowanie się do zajęć	5		0	
Studiowanie literatury	6		0	
Udział w konsultacjach	20		0	

Przygotowanie projektu / eseju / itp.	11	0
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	9	0
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM						
Nazwa przedmiotu: metodologia kształtowania siły (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_19S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	30	0	ZO	5
		wykład	15	0	E	
Razem			45			5
Koordynator przedmiotu:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Prowadz cy zaj cia:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest poznanie znaczenia wicze siłowych w wybranych dyscyplinach sportu. Nabycie przez studenta umiej tno ci kształtowania wytrzymało ci siłowej, masy i siły mi niowej poprzez poznane metody, rodki i formy treningowe. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia działa w celu dbania o sprawno fizyczn swoj i innych.				
Wymagania wst pne:		Brak wymaga wst pnych				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Wie jakie urz dzenia i sprz t mo na wykorzystywa w wiczeniach siłowych.		K_W06	
	2	EP2	Wie jak odpowiednio dobra trening siłowy i obci enia dla ró nych grup wiekowych i dla osób na ró nym poziomie wytrenowania.		K_W07 K_W10 K_W12	
	3	EP3	Zna zaawansowane metody treningowe, procesy adaptacyjne, przetrenowania i regeneracji wyst puj ce podczas kształtowania siły.		K_W01 K_W02	
umiej tno ci	1	EP4	Potrafi uło y program treningowy, dobra odpowiednie metody i formy treningu siłowego z podziałem na kategorie wiekowe, ple , poziom zaawansowania a tak e ze wzgl du na specyfik wybranej dyscypliny.		K_U04 K_U05 K_U09	
	2	EP5	Posiada umiej tno ci kierowania, prowadzenia i bezpiecznego realizowania zaj z wybranej zdolno ci motorycznej - wiczenia siłowe.		K_U05	
kompetencje społeczne	1	EP6	Ma wiadomo wpływu wicze fizycznych i zastosowanych obci e na prawidłowe funkcjonowanie organizmu.		K_K01 K_K02 K_K06 K_K07	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: metodologia kształtowania siły						
Forma zaj : wykład						
1. Teoretyczne podstawy treningu siłowego			3	3	0	

2. Adaptacja, przetrenowanie i czynniki wpływające na regenerację podczas treningu siłowego		3	4	0	
3. Podstawy układania programu treningowego z podziałem na początkujących, średniozaawansowanych, zaawansowanych i grupy specyficzne (kobiety, młodzie, osoby starsze, osoby po rehabilitacji)		3	4	0	
4. Zaawansowane formy treningowe		3	4	0	
Forma zajęć : wiczenia					
1. Elementy treningu siłowego i strategii treningowej: rozgrzewka, trening kondycyjno-redukcyjny, stretching, proporcje i symetria, urazowo		3	6	0	
2. Realizacja programów treningu siły dedykowanych różnym grupom wiekowym i w różnych poziomach zaawansowania		3	8	0	
3. Kształtowanie siły w wybranych dyscyplinach sportu z odpowiednim doborem metod treningów		3	16	0	
Metody kształcenia	wykład, prezentacje multimedialne, dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3,EP4	
	PREZENTACJA			EP2,EP3,EP4	
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6	
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem zaliczenia jest 1. obecność i aktywny udział w zajęciach 2. pozytywna ocena z prezentacji 3. pozytywna ocena z prowadzonych przez siebie zajęć 4. pozytywna ocena z egzaminu pisemnego				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	1. Prezentacja i prowadzenie zajęć - 60% oceny końcowej 2. Egzamin pisemny z wykładów - 40% oceny końcowej.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	metodologia kształtowania siły		Waga	
	3	metodologia kształtowania siły [wykład]	egzamin		0,40
	3	metodologia kształtowania siły [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,60
Literatura podstawowa	G. Andrzejewski (2016): Perfect body, nowoczesna kulturystyka i fitness, Aha, Łódź				
	M. Rippetoe, A. Baker (2017): Programowanie treningu siłowego, Galaktyka, Łódź				
	Z. Trzaskoma, Ł. Trzaskoma (2001): Kompleksowe zwiększenie siły mięśniowej sportowców, Biblioteka trenera, Warszawa				
Literatura uzupełniająca	K. Starrett (2015): Bądź silny jak lampart, Galaktyka, Łódź				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne		45		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		6		0	
Przygotowanie się do zajęć		14		0	
Studiowanie literatury		12		0	
Udział w konsultacjach		16		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		21		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		11		0	

Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	125
Liczba punktów ECTS	5

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM							
Nazwa przedmiotu: metodologia kształtowania szybko ci (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_16S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	2	wiczenia	30	0	ZO	5	
		wykład	15	0	E		
Razem			45			5	
Koordynator przedmiotu:		dr JERZY IWI SKI					
Prowadz cy zaj cia:		dr JERZY IWI SKI , mgr in . JUSTYNA PYRGIEL					
Cele przedmiotu:		Zdobycie wiedzy i umiej tno ci w zakresie kształtowania szybko ci w treningu sportowym. Wykształcenie gotowo ci do bezpiecznego prowadzenia treningu sportowego w zakresie kształtowania szybko ci.					
Wymagania wst pne:							
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu		
wiedza	1	EP1	Zna i rozumie bioenergetyczne uwarunkowania wysiłków szybko ciowych.		K_W01		
	2	EP2	Zna metody oceny poziomu szybko ci w wybranych dyscyplinach sportu.		K_W07		
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi dokona oceny i analizy poziomu szybko ci zawodników ró nych dyscyplin sportowych.		K_U03		
	2	EP4	Potrafi dokona oceny poziomu szybko ci z uwzgl dnieniem płci i wieku zawodników.		K_U04		
	3	EP5	Potrafi opracowywa i indywidualizowa ró ne formy treningu szybko ci na poziomie jednostki i cykli treningowych.		K_U05		
	4	EP6	Diagnostuje i kontroluje poziom zdolno ci szybko ciowych organizmu sportowca oraz tworzy plany rozwoju szybko ci w wybranych dyscyplinach sportu.		K_U13		
kompetencje społeczne	1	EP7	W kontaktach interpersonalnych z zawodnikami odnosi si z szacunkiem i zrozumieniem, przestrzegaj c zasad etyki zawodowej.		K_K03		
	2	EP8	Jest gotów do stosowania zasad bezpiecze stwa i ergonomii pracy podczas zaj i prowadzonych przez siebie bada .		K_K07		
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: metodologia kształtowania szybko ci							
Forma zaj : wykład							
1. Bioenergetyczne podstawy treningu szybko ciowego					2	3	0

2. Metody kształtowania szybkości w konkurencjach szybkościowo - siłowych		2	4	0	
3. Metody kształtowania szybkości w konkurencjach o zmiennej intensywności wysiłku fizycznego		2	4	0	
4. Umieszczenie treningu szybkości w czasowej strukturze procesu treningowego		2	4	0	
Forma zajęć : wiczenia					
1. Kształtowanie szybkości w konkurencjach lekkoatletycznych		2	10	0	
2. Kształtowanie szybkości w zespołowych grach sportowych		2	10	0	
3. Kształtowanie szybkości w sportach indywidualnych		2	10	0	
Metody kształcenia	Wykład, metody twórcze o odtwórcze, praca zespołowa, przygotowanie projektu				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6	
	PREZENTACJA			EP3,EP5,EP6,EP7,EP8	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego				
Forma i warunki zaliczenia	Aktywny udział w zajęciach Przygotowanie prezentacji Egzamin pisemny				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu Ocena z prezentacji 50% oceny końcowej Ocena z egzaminu 50 % oceny końcowej				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	metodologia kształtowania szybkości		Arytmetyczna	
	2	metodologia kształtowania szybkości [wykład]	egzamin		
	2	metodologia kształtowania szybkości [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Bompa T., Zajac A., Warkiewicz Z., Chmura J. (2013): Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych, AWF Katowice, Katowice				
	Kruczalak E. (1999): Teoretyczne i metodyczne podstawy treningu sportowego w lekkoatletycznych biegach krótkich, AWF Kraków, Kraków				
	Sozański H., Witczak T. (1981): Trening szybkości, SiT, Warszawa				
Literatura uzupełniająca	Harre D., Hauptman m. (1988): Szybkość i trening szybkości, RCMSKFIS, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	45		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4		0		
Przygotowanie się do zajęć	14		0		
Studiowanie literatury	18		0		
Udział w konsultacjach	16		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	19		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	9		0		
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	125				
Liczba punktów ECTS	5				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM						
Nazwa przedmiotu: metodologia kształtowania wytrzymałości (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_18S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalność: diagnostyka i planowanie w treningu motorycznym		
Status przedmiotu: obowiązkowy			Język przedmiotu: semestr: 3 - język polski			
Rok	Semestr	Forma zajęć	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	30	0	ZO	5
		wykład	15	0	E	
Razem			45			5
Koordynator przedmiotu:		dr RAFAŁ BURYTA				
Prowadzący zajęcia:		dr RAFAŁ BURYTA				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z poszczególnymi procesami fizjologicznymi zachodzącymi podczas treningu wytrzymałościowego w sportach zespołowych, oraz w sportach indywidualnych. Znajomość wpływu wysiłku fizycznego, zmęczenia oraz mechanizmów warunkujących prawidłowe funkcjonowanie na organizm człowieka. Umiejętność określania wydolności fizycznej, oraz poziomu wytrzymałości w celu wykorzystania podczas treningu wytrzymałościowego w sportach zespołowych oraz indywidualnych.				
Wymagania wstępne:		Znajomość fizjologicznej budowy człowieka, a w szczególności znajomość funkcji narządów i układów wewnętrznych podczas wysiłku w zakresie omawianym podczas zajęć z Fizjologii człowieka, oraz Fizjologii Sportu.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna i rozumie procesy zachodzące podczas wysiłku fizycznego, którego efektem jest zmęczenie, oraz regeneracji powysiłkowej w treningu wytrzymałościowym na różnych etapach ontogenezy, oraz rozumie koncepcje i modele treningu motorycznego.		K_W01 K_W02	
	2	EP3	Zna testy niezbędne do oceny wytrzymałości w poszczególnych dyscyplinach sportu.		K_W07	
	3	EP4	Zna metody pracy z grupami treningowymi podczas różnych form treningu wytrzymałościowego i rozumie specyfikę wybranych jednostek treningowych.		K_W10	
umiejętności	1	EP5	Posiada umiejętności ruchowe dzięki którym będzie potrafił samodzielnie przeprowadzić trening wytrzymałościowy.		K_U01	
	2	EP6	Potrafi przeprowadzić ocenę poziomu przygotowania wytrzymałościowego z uwzględnieniem płci i wieku zawodników, oraz potrafi przeprowadzić analizę wyników, a następnie wdrażać odpowiednie metody, formy i środki treningowe.		K_U04 K_U05	
	3	EP8	Potrafi planować trening sportowy zawodników w zakresie wytrzymałości.		K_U09	
	4	EP12	Potrafi zarządzić grupami w celu przeprowadzenia zajęć kształtujących wytrzymałość.		K_U02	

kompetencje społeczne	1	EP10	Jest przygotowany do stosowania podczas prowadzonych zajęć w treningu wytrzymałościowym zasad bezpieczeństwa.	K_K07		
	2	EP11	Jest gotowy do wspomagania treningu wytrzymałościowego w zakresie różnorodności ćwiczeń.	K_K08		
TRENINGI PROGRAMOWE ZAJĘCIA I KONSULTACJE			Semestr	Liczba godzin zajęć		
				w tym e-learning		
Przedmiot: metodologia kształtowania wytrzymałości						
Forma zajęć : wykład						
1. Planowanie treningu wytrzymałościowego.			3	5	0	
2. Periodyzacja treningu wytrzymałości			3	6	0	
3. Projektowanie programu treningowego			3	4	0	
Forma zajęć : wiczenia						
1. Podział wytrzymałości			3	3	0	
2. Czynniki wpływające na czynności wymagające wytrzymałości tlenowej			3	5	0	
3. Czynniki wpływające na wytrzymałość beztlenową.			3	5	0	
4. Metody rozwijania wytrzymałości.			3	6	0	
5. Metody rozwijania wytrzymałości na wysiłki o wysokiej intensywności.			3	5	0	
6. Testowanie wytrzymałości.			3	6	0	
Metody kształcenia	- zajęcia praktyczne, - wykład z prezentacją multimedialną, - praca w grupach					
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY				EP1,EP10,EP11,EP3,EP4,EP5,EP6,EP8	
	KOŁOKWIUM				EP1,EP3,EP4,EP6,EP8	
	PROJEKT				EP1,EP12,EP3,EP6,EP8	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego					
Forma i warunki zaliczenia	1. Aktywne uczestnictwo we wszystkich zajęciach, stanowi 10% oceny końcowej 2. Zaliczenie praktyczno-teoretyczne, stanowi 20% oceny końcowej 3. Ocena projektu grupowego w zakresie przygotowanego i przeprowadzonego przez grupę eksperymentu dotyczącego treningu wytrzymałości, stanowi 10% oceny końcowej 4. Kolokwium pisemne z ćwiczeń, stanowi 20% oceny końcowej 5. Egzamin pisemny i/lub kolokwium pisemne obejmujące treści wykładów, stanowi 40% oceny końcowej					
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu					
	Wszystkie elementy wymienione w pkt 1-5 muszą być zaliczone na ocenę minimum dostateczną - ocena zaliczenia może ulec podwyższeniu w zakresie 10-20% za aktywne wolontariackie studenta na zasadach określonych przez prowadzącego.					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot		Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do rednej
	3	metodologia kształtowania wytrzymałości			Ważona	
	3	metodologia kształtowania wytrzymałości [wykład]		egzamin		0,30
	3	metodologia kształtowania wytrzymałości [wiczenia]		zaliczenie z ocen		0,70

Literatura podstawowa	Górski J. (2011): Fizjologia wysiłku i treningu sportowego, PZWL, Warszawa
	Jaskólski A. (2006): Podstawy fizjologii wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka, AWF, Wrocław
	Miller T. (2012): NSCA's Guide to Tests and Assessments., Human Kinetics., GB
	Zato M. (2010): Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej., PWN, Warszawa
Literatura uzupełniająca	Kenney L. (2015): Physiology of Sport and Exercise., Human Kinetics., GB

NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	45	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6	0
Przygotowanie się do zajęć	12	0
Studiowanie literatury	15	0
Udział w konsultacjach	21	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	14	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	12	0
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	125	
Liczba punktów ECTS	5	

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: narz dzia autodiagnostyczne (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_8S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	2	wiczenia	15	0	ZO	2	
Razem			15			2	
Koordynator przedmiotu:		mgr SZYMON KUCHARSKI					
Prowadz cy zaj cia:		mgr SZYMON KUCHARSKI					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z mo liwo ciami mentalnej oceny zawodników metodami dost pnymi dla nie psychologów pod k tem radzenia sobie ze stresem i kontrol wolicjonaln parametrów fizjologicznych i mentalnych . Student b dzie mógł prze wiczy prezentowane narz dzia i nauczy si obsługiwa je w celach diagnostycznych.					
Wymagania wst pne:		Brak wymaga wst pnych.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna i rozumie podstawowe narz dzia auto-diagnostyczne.			K_W16	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi okre li zasadno i dopasowa wybrane narz dzia do konkretnego przypadku.			K_U03 K_U05 K_U10	
kompetencje społeczne	1	EP3	Krytycznie odnosi si do narz dzi i testów stosowanych w diagnostyce sportowej.			K_K01 K_K06	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: narz dzia autodiagnostyczne							
Forma zaj : wiczenia							
1. Rodzaje narz dzi i technik stosowanych w diagnozie.					2	4	0
2. Praca z emocjami.					2	4	0
3. Praca z my lami.					2	4	0
4. Praca z ciałem.					2	3	0
Metody kształcenia		wiczenia interaktywne, konwersatoryjne, analizy przypadków					
Metody weryfikacji efektów uczenia si						Nr efektu uczenia si z sylabusu	
		PREZENTACJA				EP1,EP2,EP3	
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.							

Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest czynny udział w zaj ciach.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena z przedmiotu wyliczana jest na podstawie przygotowanej prezentacji.				
Metoda obliczania oceny k o cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	narz dzia autodiagnostyczne		Wa ona	
	2	narz dzia autodiagnostyczne [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Władysław Paluchowski, (2009): Diagnoza psychologiczna Proces narz dzia standardy, Akademickie i Profesjonalne, Warszawa				
Literatura uzupełniają ca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne	15		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2		0		
Przygotowanie si do zaj	7		0		
Studiowanie literatury	10		0		
Udział w konsultacjach	10		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	3		0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	3		0		
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	50				
Liczba punktów ECTS	2				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: neuropsychologia praktyczna w sporcie (KIERUNKOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_5S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	20	0	ZO	3
		konwersatorium	10	0	ZO	
Razem			30			3
Koordynator przedmiotu:		mgr SZYMON KUCHARSKI				
Prowadz cy zaj cia:		mgr SZYMON KUCHARSKI				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z aktualnymi wynikami bada i narz dziami stosowanymi w neurologii. Student zdob dzie wiedz z zakresu teorii bada nad falami mózgowymi i innymi parametrami fizjologicznymi organizmu. Nauczy si wykorzystania w praktyce metody sprz enia zwrotnego z uwzgl dnieniem potrzeb swoich podopiecznych.				
Wymagania wst pne:		BRAK WYMAGA WST PNYCH				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zdob dzie podstawow wiedz z zakresu teorii fal mózgowych.		K_W02 K_W16	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi wykorzysta narz dzia diagnostyczne w praktyce.		K_U03 K_U04 K_U10 K_U11	
kompetencje społeczne	1	EP3	Potrafi zachowa krytycyzm wobec odbieranej tre ci.		K_K06	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: neuropsychologia praktyczna w sporcie						
Forma zaj : wiczenia						
1. Diagnostyka i interwencja				3	10	0
2. Ocena podstawowych rytmów fizjologicznych człowieka Oddech, EKG, EEG, temperatura, ci nienie, napi cie ciała.				3	10	0
Forma zaj : konwersatorium						
1. Pomiary i badania.				3	10	0
Metody kształcenia		Prezentacja zagadnienia, dyskusja, wiczenia, wiczenia laboratoryjne.				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2
	PROJEKT				EP2
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP3
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	wiczenia: Zaliczenie na podstawie kolokwium, obecności na zajęciach i przygotowanie do zajęć oraz przygotowanie projektu. Obie formy kolokwium i projekt muszą być zaliczone na ocenę pozytywną.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena końcowa stanowi 50% z wiczeń 50% ocena z kolokwium				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	neuropsychologia praktyczna w sporcie		Arytmetyczna	
	3	neuropsychologia praktyczna w sporcie [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	3	neuropsychologia praktyczna w sporcie [konwersatorium]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	dr. Joe Dispenza (2017): Twoje nadprzyrodzone zdolności, Studio astropsychologii, Białystok				
	James Nestor (2021): Oddech, Galaktyka, Łódź				
	Zawadzka E., Domańska Ł. (red.) (2017): Diagnostyka neuropsychologiczna: współczesne wyzwania i perspektywy rozwoju, Difin, Warszawa				
Literatura uzupełniająca	Greenberg M. (2018): Mózg odporny na stres: zapanuj nad emocjonalną reakcją na stres, wykorzystując naturalne właściwości mózgu, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2		0		
Przygotowanie się do zajęć	4		0		
Studiowanie literatury	10		0		
Udział w konsultacjach	5		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	14		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	10		0		
Łączny nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: odporno psychiczna i techniki relaksacyjne w sporcie (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_40S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno :	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	30	0	ZO	3
Razem			30			3
Koordynator przedmiotu:		mgr SZYMON KUCHARSKI				
Prowadz cy zaj cia:		mgr SZYMON KUCHARSKI				
Cele przedmiotu:		Celem ksztalcenia jest zapoznanie studentów z wiedz dotycz c odporno ci psychicznej w sporcie oraz nabycie umiej tno ci pozwalaj cych na zastosowanie wybranych technik relaksacyjnych w sporcie				
Wymagania wst pne:		brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Ma wiedz na temat znaczenia odporno ci psychicznej w sporcie.			K_W01
umiej tno ci	1	EP3	Student stosuje wła ciwe techniki relaksacyjne wspomagaj ce proces treningu sportowego umiej tnie współpracuj c z jednostk i grup .			K_U02 K_U11
kompetencje społeczne	1	EP2	Jest gotów do wspomagania procesu treningu sportowego poprzez zastosowanie odpowiednich rodków odnowy psychofizycznej.			K_K08
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: odporno psychiczna i techniki relaksacyjne w sporcie						
Forma zaj : wiczenia						
1. Poj cie stresu i bólu : (działanie stresu, pułapki reaktywno ci na stres, wiadoma odpowied na stres, ból fizyczny a emocjonalny)			4	5	0	
2. Metodologia kształtowania treningów indywidualnych			4	4	0	
3. Metodologia kształtowania treningów grupowych			4	6	0	
4. Wybrane techniki relaksacyjne-prezentacja przez studentów			4	15	0	
Metody kształcenia		wiczenia interaktywne, praca w grupie				
Metody weryfikacji efektów uczenia si						Nr efektu uczenia si z sylabusa
		ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP1,EP2,EP3
		Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.				

Forma i warunki zaliczenia	Pozytywnie oceniona prezentacja wybranej techniki relaksacyjnej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Pozytywnie oceniona prezentacja wybranej techniki relaksacyjnej.				
Metoda obliczania oceny korekcyjnej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	odporność psychiczna i techniki relaksacyjne w sporcie		Ważona	
	4	odporność psychiczna i techniki relaksacyjne w sporcie [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Jadwiga Kłodecka-Róalska (1993): Radzimy sobie ze stresem : przewodnik do relaksacji i treningu umysłowego dla sportowców , RCMSKFiS, Warszawa				
	Kulmatycki Lesław (2013): Wiczenia relaksacji, koncentracji i medytacji, wyd.AWF , Wrocław				
	Kulmatycki Lesław (2005): Lekcja relaksacji, AWF Wrocław, Wrocław				
Literatura uzupełniająca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
				W tym e-learning	
Zajęcia dydaktyczne		30		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		4		0	
Przygotowanie się do zajęć		8		0	
Studiowanie literatury		10		0	
Udział w konsultacjach		14		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		0		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		9		0	
Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.		75			
Liczba punktów ECTS		3			

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: periodyzacja w treningu motorycznym (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_35S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	wiczenia	15	0	ZO	2	
Razem			15			2	
Koordynator przedmiotu:		mgr ADRIAN STRUZIŁ					
Prowadz cy zaj cia:		dr MAREK KOLBOWICZ					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z periodyzacj treningu motorycznego. Nabycie przez studenta umiej tno ci planowania poszczególnych okresów i podokresów treningowych w wybranych dyscyplinach sportu. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia działa w celu optymalizacji obci e w treningu motorycznym.					
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat aktywno ci fizycznej i motoryczno ci człowieka					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Posiada wiedz w zakresie kształtowania treningu motorycznego w ró nych etapach przygotowania sportowego.			K_W12 K_W14	
	2	EP2	Posiada wiedz na temat periodyzacji treningu motorycznego w rozbiciu na okresy mikro, mezo i makrocykle. Student zna pojecie taperingu w wybranych dyscyplinach sportu.			K_W02 K_W07 K_W14	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi samodzielnie przedstawi zarys rocznego planu treningowego, z podziałem na fazy i podokresy.			K_U04 K_U05 K_U13	
	2	EP4	Potrafi wykaza zwi zek pomi dzy dobrze zaplanowanym okresem treningowym a wynikiem sportowym.			K_U04 K_U05 K_U12	
kompetencje społeczne	1	EP5	Jest gotowy do przekazywania wiedzy na temat periodyzacji treningu motorycznego. Student rozumie potrzeb samokształcenia si w zakresie budowy cykli treningowych z ich cechami specjalnymi.			K_K02 K_K04	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: periodyzacja w treningu motorycznym							
Forma zaj : wiczenia							
1. Fazy rocznego planu w treningu motorycznym i ich cechy specjalne.					3	4	0
2. Zarys rocznego planu w treningu motorycznym.					3	3	0
3. Przygotowanie szczytowej formy na zawody. Tapering.					3	3	0

4. Mikrocykl w treningu motorycznym.		3	2	0	
5. Makrocykl w treningu motorycznym		3	3	0	
Metody kształcenia	prezentacje multimedialne, dyskusja, samodzielne prowadzenie zajęć, obserwacja				
Metody weryfikacji efektów uczenia się		Nr efektu uczenia się z sylabusu			
	KOLOKWIUM	EP1,EP2,EP3,EP4			
	PREZENTACJA	EP3,EP4,EP5			
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)	EP1,EP2,EP3,EP5			
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest: 1. Obecność i aktywne uczestnictwo w zajęciach 2. Pozytywna ocena z prezentacji 3. Pozytywna ocena z kolokwium				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena końcowa z przedmiotu stanowi uzyskana ocena z ćwiczeń 1. Prezentacja - 50% oceny końcowej 2. Kolokwium - 50% oceny końcowej				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	perodyzacja w treningu motorycznym		Ważona	
	3	perodyzacja w treningu motorycznym [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Brian Sharkey, Steven Gaskill (2013): Fizjologia sportu dla trenerów, Biblioteka trenera, Warszawa				
	Czerwiński J. i in. (2003): Możliwość człowieka wysiłków fizycznych o różnej intensywności: rola treningu sportowego jako wyznacznika granic przystosowania, AWFIS Gdańsk, Gdańsk				
	Fugiel J. i in. (2017): Motoryczność człowieka podstawowe zagadnienia z antropomotoryki, MedPharm Polska,				
Literatura uzupełniająca	Adam Zajac, Jan Chmura (2016): Współczesny system szkolenia w zespołowych grach sportowych, AWF Katowice, Katowice				
	Prus G. (2003): Przygotowanie kondycyjne w sporcie, AWF Katowice, Katowice				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	15	0			
Udział w egzaminie/zaliczeniu	3	0			
Przygotowanie się do zajęć	5	0			
Studiowanie literatury	4	0			
Udział w konsultacjach	10	0			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	7	0			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	6	0			
Łączny nakład pracy studenta w godz.	50				
Liczba punktów ECTS	2				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S							
Nazwa przedmiotu: periodyzacja ywienia (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ2983_3S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	wiczenia	20	0	ZO	4	
		wykład	10	0	E		
Razem			30			4	
Koordynator przedmiotu:		dr in . ANNA KRAJEWSKA-P DZIK					
Prowadz cy zaj cia:		dr in . ANNA KRAJEWSKA-P DZIK					
Cele przedmiotu:		Celem zaj jest zapoznanie studenta z podstawami planowania jadłospisu w oparciu o periodyzacj ywienia pod k tem zaspokajania potrzeb ywieniowych sportowców.					
Wymagania wst pne:		Podstawowe wiadomo ci o funkcjonowaniu organizmu i składnikach pokarmowych. Umiej tno wyra ania własnych opinii, dyskusowania, wykonywania pracy samodzielnie i w grupie.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Student zna podstawowe wyznaczniki aktywnego stylu ywiaia poprzez wła ciwe od ywanie.			K_W08	
umiej tno ci	1	EP2	Student potrafi podj działania edukacyjne, profilaktyczne i naprawcze w zakresie ywienia i aktywno ci fizycznej jednostki i/lub grupy społecznej.			K_U04 K_U05	
	2	EP3	Student wykorzystuje w pracy literatur obcoj zyczn dotycz c periodyzacji ywienia sportowca.			K_U06	
kompetencje społeczne	1	EP4	Student jest gotów odpowiednio okre li priorytety słu ce realizacji okre lonego przez siebie lub innych zadania.			K_K01 K_K02 K_K04	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: periodyzacja ywienia							
Forma zaj : wykład							
1. Zjawisko periodyzacji w od ywianiu si sportowców i osób aktywnych fizycznie. Definicje. historia periodyzacji w sporcie, przegl d literatury.					3	4	0
2. Prawidłowe i bł dne nawyki ywieniowe u osób aktywnych fizycznie.					3	4	0
3. Mo liwo ci wykorzystania metod train/sleep low i train/sleep high w aktywno ci fizycznej.					3	2	0
Forma zaj : wiczenia							
1. Zasady prawidłowego ywienia osób aktywnych fizycznie. Indywidualizacja dietetyczna.					3	8	0
2. Zjawisko periodyzacji w sportach sylwetkowych.					3	6	0

3. Zjawisko periodyzacji w sportach wytrzymałościowych.		3	6	0	
Metody kształcenia	prezentacja multimedialna, analiza wykonanych zadań, opracowanie projektu zaliczeniowego, praca indywidualna studenta, dyskusja, „burza mózgów” i/lub zajęcia terenowe				
Metody weryfikacji efektów uczenia się		Nr efektu uczenia się z sylabusu			
	EGZAMIN PISEMNY	EP1,EP2,EP4			
	KOLOKWIUM	EP1,EP2			
	PROJEKT	EP1,EP3			
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)	EP2,EP4			
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Wykłady: zaliczenie wykładów na podstawie oceny z kolokwium obejmującego teorię z wykładów. wiczenia: zaliczenie wiczeń na podstawie frekwencji na zajęciach, aktywnego udziału w zajęciach, pozytywnej oceny z pracy grupowej (prezentacja i jadłospis) oraz pozytywnej oceny ze sprawdzianu. Egzamin w formie pisemnej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocen końcową stanowi średnia arytmetyczna ocen z wiczeń, wykładów i egzaminu.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	periodyzacja żywienia		Arytmetyczna	
	3	periodyzacja żywienia [wykład]	egzamin		
	3	periodyzacja żywienia [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Bean A. (2008): żywienie w sporcie, Zysk i S-ka				
	Celejowa I. (2008): żywienie w sporcie, PZWL				
Literatura uzupełniająca	Burke LM. (2010): Fuel for optimal training: train high or train low, Scandinavian Journal of Science and Medicine in Sport. (http://www.ausport.gov.au/ais/).				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	30	0			
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6	0			
Przygotowanie się do zajęć	12	0			
Studiowanie literatury	12	0			
Udział w konsultacjach	15	0			
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	5	0			
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	20	0			
Łączny nakład pracy studenta w godz.	100				
Liczba punktów ECTS	4				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: podstawy odnowy biologicznej w sporcie (KIERUNKOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_41S			
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 			
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	4	wiczenia	30	0	ZO	4	
		wykład	10	0	E		
Razem			40			4	
Koordynator przedmiotu:		dr KRZYSZTOF WILK					
Prowadz cy zaj cia:		dr KRZYSZTOF WILK					
Cele przedmiotu:		Pozyskanie podstawowych wiadomo ci dotycz cych metod i rodków odnowy biologicznej wspomagaj cych proces treningowy, nauczanie podstawowych technik relaksacji i masa u sportowego.					
Wymagania wst pne:		Wiedza z zakresu podstaw anatomii i fizjologii					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu		
wiedza	1	EP1	Zna cele i zadania odnowy biologicznej, charakteryzuje zabiegi fizykalne stosowane w odnowie biologicznej.		K_W01		
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi dobra wła ciwe rodki odnowy biologicznej w procesie treningowym i wykona wybrane techniki masa u sportowego.		K_U13		
kompetencje społeczne	1	EP3	Rozumie zasady etyki i bezpiecze stwa przy wykonywaniu zabiegów odnowy biologicznej.		K_K03 K_K08		
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr		
					Liczba godzin zaj		
					w tym e-learning		
Przedmiot: podstawy odnowy biologicznej w sporcie							
Forma zaj : wykład							
1. Definicja odnowy biologicznej. Cele i zadania dla odnowy biologicznej w sporcie.					4	2	0
2. Masa - definicja ,rodzaje masa u, zastosowanie w odnowie biologicznej.					4	2	0
3. rodki stosowane w gabinetach odnowy biologicznej oraz w obiektach Spa. Gabinet odnowy biologicznej					4	2	0
4. Zabiegi fizykalne stosowane w odnowie biologicznej: elektroterapia, termoterapia, laseroterapia, pole magnetyczne, ultrasonoterapia.					4	4	0
Forma zaj : wiczenia							
1. Wyposa enie i przygotowanie gabinetu masa u, rodki wspomagaj ce masa , wywiad, przygotowanie zawodnika do zabiegu					4	2	0
2. Masa klasyczny ko czyn górnych i dolnych, obr czy barkowej, obr czy miednicznej, grzbietu, karku z wykorzystaniem technik głaskania, rozcierania, ugniatania, oklepywania, wibracji, roztrz sania i wałkowania z uwzgl dnieniem ró nych dyscyplin sportowych					4	24	0
3. Poizometryczna relaksacja mi ni - koncepcja, cele i zadania, technika relaksacji wybranych grup mi niowych					4	4	0

Metody kształcenia	Prezentacja multimedialna, pokaz.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	EGZAMIN PISEMNY				EP1,EP3
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP2
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkami zaliczenia przedmiotu są: obecność na ćwiczeniach, aktywność, uzyskanie pozytywnych ocen z egzaminu oraz z ćwiczeń.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocen końcowy z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna ocen z egzaminu i z ćwiczeń.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	4	podstawy odnowy biologicznej w sporcie		Arytmetyczna	
	4	podstawy odnowy biologicznej w sporcie [wykład]	egzamin		
	4	podstawy odnowy biologicznej w sporcie [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Gieremek K., Dec L. (2002): Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HM, Katowice				
	Magiera L. Walaszek R. (2008): Masa sportowy z elementami odnowy biologicznej, BIOSPORT, Kraków				
	Pawelec R., Szczuka E., Laber W. (2011): Metodyka masy w odnowie biologicznej, AGIW, Wrocław				
Literatura uzupełniająca	Barszowski P. (2000): Wspomaganie procesu treningowego, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa				
	Mika T. (2008): Fizykoterapia, PZWL, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne			40	0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu			6	0	
Przygotowanie się do zajęć			14	0	
Studiowanie literatury			11	0	
Udział w konsultacjach			19	0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			0	0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			10	0	
Łączny nakład pracy studenta w godz.			100		
Liczba punktów ECTS			4		

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: podstawy żywienia w sporcie (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_28S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno :	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	1	wiczenia	10	0	ZO	4
		wykład	20	0	E	
Razem			30			4
Koordynator przedmiotu:		dr MACIEJ BURYTA				
Prowadz cy zaj cia:		dr MACIEJ BURYTA				
Cele przedmiotu:		<p>Pozyskanie przez studenta wiedzy na temat analizy i programowania diety i suplementacji sportowca na ró nym etapie rozwoju. Znaczenie diety i rola diety w sporcie kwalifikowanym i amatorskim.</p> <p>Przypomnienie studentom charakterystyki głównych składników żywnościowych i ich roli w wysiłku fizycznym.</p> <p>Znaczenie nawadniania organizmu przed, w trakcie i po aktywno ci fizycznej. Witaminy i minerały - charakterystyka i ich rola. Okre lenie masy i składu ciała oraz ich wpływu na zdrowie i wydolno fizyczn . Zapoznanie studentów ze specyfik żywienia dzieci i młodzie y. Nabycie przez studenta umiej tno ci dyskusowania i przekonania innych o znaczeniu od ywania w sporcie.</p>				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat ywno ci i prawidłowego od ywania				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Rozumie zasady żywienia sportowca i znaczenie składników od ywczych oraz suplementacji na ró nych etapach przygotowania motorycznego.		K_W08	
	2	EP2	Potrafi oceni mas i skład ciała sportowca a tak e wie jak analizowa i zaprogramowa diet dla sportowca w ró nym wieku.		K_W08 K_W18	
	3	EP3	Posiada wiedz na temat poradnictwa dietetycznego i roli diety sportowego w profesjonalnym i amatorskim uprawianiu sportu.		K_W15	
umiej tno ci	1	EP4	Potrafi scharakteryzowa podstawowe produkty ywieniowe i okre li ich rol w wysiłku fizycznym.		K_U02 K_U07	
	2	EP5	Potrafi wskaza bł dy i zaniedbania ywieniowe, potrafi analizowa i programowa diet sportowca na ró nym etapie przygotowania fizycznego i ró nych kategoriach wiekowych.		K_U14	
kompetencje społeczne	1	EP6	Ma wiadomo swojej roli w kształtowaniu prawidłowych nawyków ywnościowych u sportowców na ró nym etapie przygotowa motorycznych.		K_K08	
	2	EP7	Rozumie potrzeb dalszego kształcenia si w zakresie zasad prawidłowego żywienia i jego znaczenia na rozwój młodego sportowca.		K_K01	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning

Przedmiot: podstawy żywienia w sporcie						
Forma zajęć : wykład						
1. Główne składniki odżywcze - charakterystyka i ich rola w wysiłku fizycznym		1	9	0		
2. Płyny - rodzaje i rola w nawadnianiu organizmu		1	3	0		
3. Witaminy i minerały - charakterystyka i rola w wysiłku fizycznym		1	3	0		
4. Masa i skład ciała a zdrowie i wydolność fizyczna		1	3	0		
5. Żywność dzieci i młodzieży uprawiającej sport		1	2	0		
Forma zajęć : wiczenia						
1. Analiza i programowanie diety sportowców		1	4	0		
2. Dieta i suplementacja młodego sportowca		1	3	0		
3. Poradnictwo dietetyczne - rola dietetyka sportowego		1	3	0		
Metody kształcenia		wykłady, prezentacje multimedialne, dyskusja				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu	
		EGZAMIN PISEMNY			EP2,EP3,EP5,EP7	
		PREZENTACJA			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6	
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.						
Forma i warunki zaliczenia		Warunkiem zaliczenia wiczenia jest:				
		1. Obecność i aktywny udział na zajęciach				
		2. Uzyskanie pozytywnej oceny z przygotowania i wygłoszenia prezentacji				
		3. Uzyskanie pozytywnej oceny z egzaminu pisemnego z tematów prezentowanych na wykładzie				
		W okresie nauczania hybrydowego lub wyczenia nauczania zdalnego nastąpi zmiana metod weryfikacji efektów uczenia się na następujące:				
		1. Obecność i aktywny udział w zajęciach.				
		2. Uzyskanie pozytywnej oceny z przygotowania i wygłoszenia prezentacji poprzez MS Teams.				
		3. Uzyskanie pozytywnej oceny z egzaminu ustnego poprzez MS Teams z tematów obejmujących wiczenia i wykłady.				
		Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
		Ocena końcowa stanowi:				
		1. Prezentacja i kolokwium z wiczenia - 30% oceny końcowej				
		2. Egzamin pisemny z wykładów - 70% oceny końcowej.				
		W przypadku nauczania hybrydowego lub wyczenia nauczania zdalnego nastąpi zmiana zasad wyliczania oceny z przedmiotu na następujące:				
		1. Prezentacja i aktywność na wiczeniach - 30% oceny końcowej.				
		2. Egzamin ustny z wiczenia i wykładów - 70%.				
Metoda obliczania oceny końcowej		Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obliczenia oceny	Waga do redniej
		1	podstawy żywienia w sporcie		Waga	
		1	podstawy żywienia w sporcie [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,30
		1	podstawy żywienia w sporcie [wykład]	egzamin		0,70
Literatura podstawowa		A. Zajac, S. Poprzcki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice, Katowice				
		B. Frączek, J. Krzywański, H. Krysztofiak (2019): Dietetyka sportowa, PZWL, Warszawa				
		G. Zydek, M. Michalczyk, A. Zajac (2017): Nowe trendy w żywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie, AWF Katowice, Katowice				
Literatura uzupełniająca		J. Gawcki, L. Hryniewiecki (1998): Żywność człowieka. Podstawy nauki o żywieniu, PWN, Warszawa				
		M. Jarosz, B. Bułhak-Jachymczyk (2008): Normy żywienia człowieka. Podstawy prewencji otyłości i chorób niezakaźnych, PZWL, Warszawa				

NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	30	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6	0
Przygotowanie się do zajęć	14	0
Studiowanie literatury	14	0
Udział w konsultacjach	20	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	7	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	9	0
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	100	
Liczba punktów ECTS	4	

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM						
Nazwa przedmiotu: pomoc psychologiczna w sporcie (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_15S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	2	wiczenia	25	0	ZO	3
		wykład	5	0	E	
Razem			30			3
Koordynator przedmiotu:		dr JOANNA RATAJCZAK				
Prowadz cy zaj cia:		dr JOANNA RATAJCZAK				
Cele przedmiotu:		Celem kształcenia jest dostarczenie podstawowej wiedzy w zakresie pomocy psychologicznej i interwencji kryzysowej w sytuacji trudnej. Student nab dzie umiej tno ci interwencji psychologicznej, pozna techniki i narz dzia stosowane w diagnostyce sportowej.				
Wymagania wst pne:		Brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna zasady tworzenia i powstawania norm medycznych, fizjologicznych, psychologicznych, społecznych, etycznych, moralnych, prawnych, mentalnych.		K_W01 K_W12	
	2	EP4	Rozumie zasady prowadzenia pomocy psychologicznej.		K_W01 K_W03	
umiej tno ci	1	EP2	Rozumie i interpretuje wyniki zgromadzonych bada i ma wiadomo ich mocy prognostycznej.		K_U03 K_U05	
	2	EP5	Potrafi zorganizowa pomoc psychologiczn .		K_U02 K_U03 K_U05	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: pomoc psychologiczna w sporcie						
Forma zaj : wykład						
1. Kryzys psychologiczny. Teorie emocji, teorie osobowo .				2	5	0
Forma zaj : wiczenia						
1. Sytuacje trudne w sporcie.				2	10	0
2. Praca z traum .				2	8	0
3. Praca z emocjami.				2	7	0
Metody kształcenia		Wykład, prezentacja, praca w grupach, scenki sytuacyjne., Prezentacja, kazusy przypadków, praca w grupach				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	EGZAMIN USTNY				EP1,EP2,EP4,EP5
	KOLOKWIUM				EP1,EP2
	PREZENTACJA				EP1,EP2,EP4
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem zaliczenia z przedmiotu jest uzyskanie pozytywnych ocen z wykładu i z ćwiczeń.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z wykładu i ćwiczeń.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	pomoc psychologiczna w sporcie		Arytmetyczna	
	2	pomoc psychologiczna w sporcie [wykład]	egzamin		
	2	pomoc psychologiczna w sporcie [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Barbara Oku (2002): Skuteczna pomoc psychologiczna, Instytut Psychologii Zdrowia				
Literatura uzupełniająca	Kubacka-Jasiecka, Dorota (2010): Interwencja kryzysowa : pomoc w kryzysach psychologicznych , Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4		0		
Przygotowanie się do zajęć	6		0		
Studiowanie literatury	7		0		
Udział w konsultacjach	14		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	9		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	5		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: poznawcze aspekty psychiki (PODSTAWOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_43S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	1	wiczenia	15	0	ZO	3	
Razem			15			3	
Koordynator przedmiotu:		mgr SZYMON KUCHARSKI					
Prowadz cy zaj cia:		mgr SZYMON KUCHARSKI					
Cele przedmiotu:		Celem kształcenia jest przedstawienie zagadnie psychologicznych takich jak : spostrzeganie, uwaga, pam i , koncentracja, wyobra nia, my lenie. Student dokona ich pomiaru i analizy z uwzgl dnieniem wła ciwego przechowywania dokumentacji wra liwej oraz nab dzie umiej tno oceny funkcjonalnej sportowca pod k tem parametrów poznawczych.					
Wymagania wst pne:		Brak					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Posiada wiedz z zakresu parametrów pomiaru psychiki.			K_W01	
umiej tno ci	1	EP2	Posi dzie umiej tno prognozowania oddziaływa w stosunku do parametrów psychologicznych sportowca.			K_U05	
kompetencje społeczne	1	EP3	Jest gotowy do wła ciwego informowania zawodnika o wyniku diagnozy, minimalizuj c jatrogenny wpływ.			K_K01 K_K03 K_K08	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: poznawcze aspekty psychiki							
Forma zaj : wiczenia							
1. Receptory człowieka.					1	3	0
2. Percepcja, uwaga, pam i .					1	3	0
3. Perspektywa temporalna umysłu.					1	6	0
4. Rodzaje my lenia.					1	3	0
Metody kształcenia		Kazusy przypadków, Prezentacja, Wykład					

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2,EP3
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP1,EP2,EP3
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnej oceny z kolokwium i ćwiczeń.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Ocenę stanowi średnia arytmetyczna ocen uzyskanych z kolokwium i ćwiczeń					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	1	poznawcze aspekty psychiki		Arytmetyczna	
	1	poznawcze aspekty psychiki [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Edward N. Oerter, Jarosław Orzechowski, Błażej Szymura (2006): Psychologia poznawcza, "Academica" : Wydaw. Nauk. PWN				
	James Hardt (2013): Sztuka kreatywnego myślenia., Illuminatio, Białystok				
Literatura uzupełniająca	Bolesław Andrzejewski et al. ; red. z. Tomasz Maruszewski] (1986): Filozofia - poznanie - psychologia, Państwowe Wydaw. Naukowe				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	15		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4		0		
Przygotowanie się do zajęć	12		0		
Studiowanie literatury	20		0		
Udział w konsultacjach	9		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	15		0		
Łączny nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S						
Nazwa przedmiotu: probiotyki i alergie pokarmowe w praktyce sportowca (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_9S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	20	0	ZO	3
		wykład	10	0	ZO	
Razem			30			3
Koordynator przedmiotu:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Prowadz cy zaj cia:		dr in . ANNA KRAJEWSKA-P DZIK				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z alergiami, przyczynami ich powstania i znaczeniu probiotyków w yciu sportowca. Nabycie przez studenta umiej tno ci klasyfikowania alergii. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia działa w celu diagnozowania i minimalizowania skutków alergii.				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat suplementacji i od ywienia				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Posiada wiedz z zakresu ywienia i suplementacji w sporcie.		K_W15 K_W18	
	2	EP2	Wie czym s probiotyki i wie jaki maj wpływ na poziom sportowy w ró nych kategoriach wiekowych. Wie i rozumie zjawisko alergii pokarmowych.		K_W08 K_W09 K_W15 K_W18	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi wykaza zwi zek pomi dzy nawykami ywieniowymi a alergiami pokarmowymi. Potrafi okre li rol i znaczenie probiotyków w sporcie wysokokwalifikowanym i amatorskim.		K_U07 K_U08 K_U14	
	2	EP4	Posiada umiej tno przekazywania wiedzy na temat roli probiotyków na nasze ycie.		K_U07 K_U12	
kompetencje społeczne	1	EP5	Ma wiadomo potrzeby stosowania wiedzy na temat alergii pokarmowych i ich wpływu na poziom aktywno ci fizycznej i sportu wysokokwalifikowanego.		K_K07	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: probiotyki i alergie pokarmowe w praktyce sportowca						
Forma zaj : wykład						
1. Charakterystyka szczepów probiotycznych i ich rola w sporcie				4	3	0
2. Alergie pokarmowe opó nione (IgA/IgG-zalne) oraz natychmiastowe (IgE-zalne)				4	4	0
3. Terapia probiotyczna w sporcie				4	3	0

Forma zaj : wiczenia						
1. Przegląd testów alergii opó nione, charakterystyka, zalety i wady			4	5	0	
2. Probiotykoterapia w praktyce sportowca			4	5	0	
3. Alergie pokarmowe w praktyce sportowca			4	5	0	
4. ywienie i od ywanie w alergiach pokarmowych na ró nych etapach ycia			4	5	0	
Metody kształcenia		wykłady, prezentacje multimedialne, dyskusja, samodzielne prowadzenie zaj ,				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
		KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5	
		PREZENTACJA			EP2,EP3	
		Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.				
Forma i warunki zaliczenia		Warunkiem uzyskania zaliczenia jest: 1. Obecno i aktywne uczestnictwo w zaj ciach 2. Pozytywna ocena z prezentacji 3. Pozytywna ocena z kolokwium				
		Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
		Ocen ko ców stanowi rednia arytmetyczna z: 1. Prezentacja z wicze - 25% oceny ko cowej 2. Kolokwium z wicze - 25% oceny ko cowej 3. Kolokwium z wykładów - 50% oceny ko cowej				
Metoda obliczania oceny ko cowej		Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
		4	probiotyki i alergii pokarmowe w praktyce sportowca		Arytmetyczna	
		4	probiotyki i alergii pokarmowe w praktyce sportowca [wykład]	zaliczenie z ocen		
		4	probiotyki i alergii pokarmowe w praktyce sportowca [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa		G. Zydek, M. Michalczyk, A. Zaj c (2017): Nowe trendy w ywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie , AWF Katowice, Katowice				
		H. Ciborowska, A. Rudnicka (2014): Dietetyka ywienie zdrowego i chorego człowieka, PZWL, Warszawa				
		J. Gaw cki, L. Hryniewiecki (1998): ywienie człowieka. Podstawy nauki o ywieniu , PWN, Warszawa				
		O. Lafay (2015): Skuteczne od ywanie w treningu i sporcie, FitActive, Łód				
Literatura uzupełniają ca						
NAKŁAD PRACY STUDENTA						
		Liczba godzin				
		W tym e-learning				
Zaj cia dydaktyczne		30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu		2		0		
Przygotowanie si do zaj		7		0		
Studiowanie literatury		7		0		
Udział w konsultacjach		14		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		6		0		
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia		9		0		
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.		75				
Liczba punktów ECTS		3				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: profilaktyka urazów w sporcie (KIERUNKOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3362_9S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	2	wiczenia	30	0	ZO	4
		konwersatorium	5	0	E	
Razem			35			4
Koordynator przedmiotu:		dr KRZYSZTOF WILK				
Prowadz cy zaj cia:		dr KRZYSZTOF WILK				
Cele przedmiotu:		Celem zaj jest przekazanie studentom wiedzy w zakresie podstaw diagnostyki, leczenia i profilaktyki urazów sportowych.				
Wymagania wst pne:		Podstawy anatomii funkcjonalnej, fizjologii i biomechaniki człowieka.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	posiada wiedze w zakresie post powania, pierwszej pomocy i profilaktyki w urazach sportowych		K_W01 K_W06	
umiej tno ci	1	EP2	potrafi dokona analizy czynników zagra aj cych zdrowiu, wykona wiczenia oparte na elementach stretchingu, rolowania wybranych grup mi niowych oraz zastosowa podstawowe aplikacje dynamicznego plastrowania.		K_U04 K_U13	
kompetencje społeczne	1	EP3	jest gotów do przestrzegania zasad etycznych w decyzjach i działaniach podejmowanych w stosunku do sportowców.		K_K02 K_K07	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	
					Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: profilaktyka urazów w sporcie						
Forma zaj : wiczenia						
1. Trening funkcjonalny w profilaktyce i leczeniu urazów i zmian przeciazeniowych w sporcie.			2	5	0	
2. Dynamiczne plastrowanie w sporcie.			2	5	0	
3. Wybrane elementy odnowy biologicznej w profialktyce urazów w sporcie.			2	20	0	
Forma zaj : konwersatorium						
1. Specyfikacja uszkodzen narzadu ruchu w sporcie, metody diagnostyki aparatu ruchu. Standardy postepowania w przypadku urazów tkanek miekkich (RICE, PRICE).			2	2	0	
2. Metody, etapy leczenia oraz profilaktyka wybranych urazów sportowych.			2	3	0	
Metody ksztalcenia		Prezentacja multimedialna, rozwiazywanie zadan problemowych, dyskusja, pokaz i objasnienie.				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP3
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP1,EP2,EP3
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnych ocen z konwersatorium (egzamin) oraz z ćwiczeń (zaliczenie praktyczne).				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Ocen końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna ocen z zaliczenia praktycznego oraz z egzaminu.					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	2	profilaktyka urazów w sporcie		Arytmetyczna	
	2	profilaktyka urazów w sporcie [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		
	2	profilaktyka urazów w sporcie [konwersatorium]	egzamin		
Literatura podstawowa	Dziak A. (2012): Urazy sportowe : specyfika uszkodzeń narządu ruchu w sporcie , Medicina Sportiva, Kraków				
	Gieremek K., Dec L. (2000): Zmęczenie i regeneracja sił. Odnowa biologiczna, HAS-MED, Katowice				
	Magiera L., Walaszek R. (2003): Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej, Biosport, Kraków				
	Szygit K., Deskur A. (red.) (2017): Wypadki i urazy w sporcie : zapobieganie, leczenie, rehabilitacja, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin				
Literatura uzupełniająca	Zajac A., Zydek G., Michalczyk M., Poprzecki S., Czuba M., Gołas A., Boruta-Gojny B. (2014): Żywność i suplementacja w sporcie rekreacji i stanach chorobowych, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki, Katowice				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	35		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	4		0		
Przygotowanie się do zajęć	30		0		
Studiowanie literatury	5		0		
Udział w konsultacjach	20		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	6		0		
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	100				
Liczba punktów ECTS	4				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: przeds i biorczo (OGÓLNOUCZELNIANE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_7S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	2	wykład	6	0	ZO	1	
Razem			6			1	
Koordynator przedmiotu:		dr MACIEJ BURYTA					
Prowadz cy zaj cia:		dr MACIEJ BURYTA					
Cele przedmiotu:		<p>Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z istot przeds i biorczo ci i funkcjonowaniem przeds i biorstwa. Ukazanie mechanizmów i zasad gospodarki rynkowej.</p> <p>Nabywanie umiej tno ci wieloaspektowego spojrzenia na procesy gospodarcze i wskazanie mo liwo ci praktycznego zastosowania zdobytej wiedzy teoretycznej.</p>					
Wymagania wst pne:		brak					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Student ma elementarn wiedz z zakresu prowadzenia działalno ci gospodarczej.			K_W04	
umiej tno ci	1	EP2	Student potrafi samodzielnie realizowa działania w duchu przeds i biorczo ci i efektywno ci społeczno-ekonomicznej. Potrafi interpretowa zjawiska i procesy gospodarcze kształtuj ce decyzje i zachowania przeds i biorców.			K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP3	Student jest gotów do samodzielnego podejmowania decyzji w zakresie planowania działalno ci gospodarczej, ma wiadomo wymaga prawnych i etycznych zwi zanych z prowadzeniem działalno ci gospodarczej.			K_K01 K_K05	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: przeds i biorczo							
Forma zaj : wykład							
1. Wprowadzenie do przeds i biorczo ci. Istota przeds i biorczo ci, klasyfikacja przeds i biorczo ci.					2	2	0
2. Wybrane formy prawno-organizacyjne przeds i biorstwa. Podstawy prawne prowadzenia działalno ci gospodarczej.					2	1	0
3. Procedura zakładania firmy. Zalety i wady prowadzenia własnej działalno ci gospodarczej. Formalno ci zwi zane z zakładaniem własnej firmy.					2	1	0
4. Metodyka przygotowania biznes planu oraz informacji i podstawowych danych w nim zawartych. Cechy i zakres biznes planu.					2	2	0
Metody kształcenia		Prezentacje multimedialne, wykład powi zany z dyskusj .					

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2,EP3
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie na ocenę na podstawie wyników kolokwium. Ocena pozytywna po uzyskaniu minimum 60% poprawnych odpowiedzi.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena z kolokwium jest oceną końcową z przedmiotu.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	2	przedsiębiorczość		Ważona	
	2	przedsiębiorczość [wykład]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Godlewska-Majkowska H. (red.) (2009): Przedsiębiorczość. Jak założyć i prowadzić własną firmę?, Szkoła Główna Handlowa w Warszawie, Warszawa				
	Kevan W. (2012): Biznesplan. Co trzeba wiedzieć i zrobić, aby stworzyć doskonały plan, PWE, Warszawa				
	Akty prawne regulujące prowadzenie działalności gospodarczej oraz zakładania firm.				
Literatura uzupełniająca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
				W tym e-learning	
Zajęcia dydaktyczne		6		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		1		0	
Przygotowanie się do zajęć		4		0	
Studiowanie literatury		5		0	
Udział w konsultacjach		4		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		0		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		5		0	
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.		25			
Liczba punktów ECTS		1			

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: przeds i biorczo w sporcie (OGÓLNOUCZELNIANE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_4S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	2	wiczenia	15	0	ZO	3
		wykład	9	0	ZO	
Razem			24			3
Koordynator przedmiotu:		dr MACIEJ BURYTA				
Prowadz cy zaj cia:		dr MACIEJ BURYTA				
Cele przedmiotu:		Zapoznanie studentów z istot przeds i biorczo ci w sporcie oraz uwarunkowaniami mog cymi kształtowa t przeds i biorczo . Nabytie przez studentów umiej tno ci planowania przeds i w i sportowych oraz zdolno ci do ich realizacji.				
Wymagania wst pne:		Brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna formy i typy przeds i biorczo ci oraz niezbd ne kompetencje przeds i biorcze. Student zna uwarunkowania przeds i biorczo ci w sporcie (rynek sportowy, popyt i poda na rynku sportowym).		K_W04	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi zaplanowa i zrealizowa wydarzenie sportowe. Potrafi dokona analizy ryzyka zwi zanego z zarz dzaniem organizacj sportow .		K_U02 K_U15	
kompetencje społeczne	1	EP3	Jest gotów do podj cia działa maj cych na celu podniesienie warto ci marketingowej organizacji sportowej.		K_K01 K_K05	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: przeds i biorczo w sporcie						
Forma zaj : wykład						
1. Istota przeds i biorczo ci w sporcie.					2	2
2. Rynek i produkt sportowy					2	2
3. Popyt i poda na rynku sportowym.					2	2
4. Analiza i zarz dzanie ryzykiem w sporcie.					2	2
5. Zagro enia dla bezpiecze stwa w sporcie.					2	1
Forma zaj : wiczenia						
1. Planowanie przeds i w i w sporcie.					2	4
2. Zarz dzanie marketingowe w organizacji sportowej.					2	2

3. Współpraca z mediami.		2	2	0	
4. Sponsoring w sporcie - rodzaje, aspekty prawne.		2	3	0	
5. Planowanie i organizacja wydarzeń sportowych.		2	4	0	
Metody kształcenia	Wykład, prezentacja multimedialna, dyskusja, praca w grupach.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się		Nr efektu uczenia się z sylabusu			
	KOLOKWIUM	EP1,EP2			
	PROJEKT	EP3			
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest zaliczenie na minimum ocen dostatecznych z wykładów. Studenci są oceniani na podstawie kolokwium (do 6 pytań). Student otrzymuje ocenę dostateczną w przypadku uzyskania 60% możliwych punktów.				
	Zaliczenie z ocen z wicze, obejmujące prace pisemne i aktywne na zajęciach.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Metoda wycena, ocena zaliczenia wykładu ma silniejsze oddziaływanie na ocenę końcową. W okresie nauczania hybrydowego lub wyłącznie nauczania zdalnego nastąpi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na następujące wymogi: zasady wyliczania oceny z przedmiotu - 70% ocena z wykładów, 30% ocena z wicze.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obliczenia oceny	Waga do redniej
	2	przedsiębiorstwo w sporcie		Wycena	
	2	przedsiębiorstwo w sporcie [wiczenia]	zaliczenie z ocen		0,30
	2	przedsiębiorstwo w sporcie [wykład]	zaliczenie z ocen		0,70
Literatura podstawowa	A. Sznajder (2008): Marketing sportu, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa				
	Sznajder A. (2017): Sport jako biznes w czasach globalizacji., Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa				
	Wartecki A. (2008): Zarządzanie organizacjami sportowymi., AWF im. E. Piaseckiego, Poznań				
Literatura uzupełniająca	Griffin R. W. (2018): Podstawy zarządzania organizacjami., Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa				
	I. Czaja, E. Kozie (2016): Przedsiębiorstwo korporacyjne., Difin, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
				W tym e-learning	
Zajęcia dydaktyczne	24			0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu	5			0	
Przygotowanie się do zajęć	10			0	
Studiowanie literatury	7			0	
Udział w konsultacjach	15			0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	7			0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	7			0	
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S							
Nazwa przedmiotu: psychodietetyka (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_48S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca			
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	4	wiczenia	30	0	ZO	4	
Razem			30			4	
Koordynator przedmiotu:		dr ALICJA DROHOMIRECKA					
Prowadz cy zaj cia:		mgr Małgorzata Ostrowska [vacat]					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z aktualn wiedz na temat wpływu od ywienia na psychik i odporno sportowca.					
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza z zakresu fizjologii człowieka.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna zagadnienia dotycz ce relacji mi dzy ywieniem sportowca a jego psychik .			K_W08 K_W15	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi oceni efektywno opieki ywieniowej w realizacji procesu treningu sportowego.			K_U14	
kompetencje społeczne	1	EP3	Jest gotów do nauki przez całe ycie w celu stałego poszerzania wiedzy w zakresie psychodietetyki.			K_K02	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: psychodietetyka							
Forma zaj : wiczenia							
1. Holistyczne podej cie do zdrowia.					4	2	0
2. Wybrane jednostki nozologiczne w pracy psychodietetyka - otyło , jadłowstr t i bulimia psychiczna, zaburzenia z napadami objadania si .					4	12	0
3. Wpływ wybranych składników od ywczych na psychomotoryk , aktywno mózgu i układu nerwowego.					4	2	0
4. Suplementy diety korzystnie wpływaj ce na prac układu nerwowego i psychomotoryk .					4	4	0
5. Analiza sposobu ywienia pod k tem mo liwego jego wpływu na zachowanie, planowanie ywienia z uwzgl dnieniem składników wpływaj cych na prac układu nerwowego sportowca.					4	6	0
6. Niezdrowe nawyki ywieniowe i ich zmiana.					4	2	0
7. Zastosowanie dialogu motywuj cego w psychodietetyce. Sposoby skutecznej zach ty do zmiany złych nawyków ywieniowych.					4	2	0
Metody kształcenia		prezentacja multimedialna, praca w grupach, kazusy przypadków					

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOŁOKWIUM				EP1,EP2,EP3
	ZAJCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP1,EP2,EP3
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego					
Forma i warunki zaliczenia	Pozytywnie zaliczone kolokwium. Prace zaliczeniowe.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Pozytywnie zaliczone kolokwium i prace.					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	psychodietetyka		Ważona	
	4	psychodietetyka [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Bryter-Matera A. (2020): Psychodietetyka, PZWL Wydawnictwo Lekarskie, Warszawa				
	Bryter-Matera A. (2021): Zaburzenia odżywiania, PZWL Wydawnictwo Lekarskie, Warszawa				
	Ogden J. (2011): Psychologia odżywiania się. Od zdrowych do zaburzonych zachowań żywieniowych., Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków				
Literatura uzupełniająca	Maine M., Hartman McGilley B., Bunnell D. (2013): Leczenie zaburzeń odżywiania. Pomost między nauką a praktyką., Wydawnictwo Medyczne Edra Urban & Partner, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	3		0		
Przygotowanie się do zajęć	19		0		
Studiowanie literatury	15		0		
Udział w konsultacjach	14		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	19		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	100				
Liczba punktów ECTS	4				

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: psychologiczne aspekty diagnozy (KIERUNKOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3459_3S			
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 			
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski				
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	1	wiczenia	15	0	ZO	4	
		konwersatorium	15	0	ZO		
Razem			30			4	
Koordynator przedmiotu:		mgr SZYMON KUCHARSKI					
Prowadz cy zaj cia:		mgr SZYMON KUCHARSKI					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z istot diagnozy i zaleceniami w procesie diagnostyki i testowania. Student pozna zagadnienia dotycz ce sposobów tworzenia norm i normatywno ci przedziałów ufno ci oraz mocy prognostycznej wybranych narz dzi i metod psychologicznych. Studenci zapoznaj si z empirycznymi metodami weryfikacji skuteczno ci terapii. Ponadto student nab dzie umiej tno ci tworzenia własnych punktów odniesie i oceny prognoz.					
Wymagania wst pne:		Brak wymaga wst pnych.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu		
wiedza	1	EP1	Zna i rozumie psychologiczne aspekty diagnozowania.		K_W01 K_W03		
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi odnosi si do norm i zna moce prognostyczne wybranych narz dzi diagnostycznych.		K_U05 K_U10		
kompetencje społeczne	1	EP3	Krytycznie podchodzi do zgromadzonych danych i jest gotów do skorzystania z opinii ekspertów.		K_K01 K_K07		
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr		Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: psychologiczne aspekty diagnozy							
Forma zaj : wiczenia							
1. Przykłady testów zdewaluowanych.				1	2	0	
2. Metody pomiaru i analizy.				1	2	0	
3. Diagnoza funkcjonalna.				1	2	0	
4. Ocena skuteczno ci terapii.				1	4	0	
5. Kususologia				1	5	0	
Forma zaj : konwersatorium							
1. Motywacja do procesu zdrowienia.				1	10	0	
2. Zagadnienie Zdrowia.				1	5	0	

Metody kształcenia	Wykład multimedialny, wykład interaktywny, prezentacja, wiczenia indywidualne, grupowe.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	EGZAMIN PISEMNY				EP1,EP2
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP3
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładu na podstawie pozytywnej oceny z kolokwium. Zaliczenie wicze na podstawie pozytywnej oceny z zadanej pracy grupowej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Ocen ko ców stanowi rednia arytmetyczna z wykładu i wicze .					
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	psychologiczne aspekty diagnozy		Arytmetyczna	
	1	psychologiczne aspekty diagnozy [konwersatorium]	zaliczenie z ocen		
	1	psychologiczne aspekty diagnozy [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Hemmings Brian , Holder Tim (2014): Psychologia sportu. Studia przypadków, Wydawnictwo Naukowe PWN				
	Lissa Ranking (2013): Umysł silniejszy od medycyny, Purana, Warszawa				
	Stemplewska- akowicz Katarzyna (2016): DIAGNOZA PSYCHOLOGICZNA, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Profesjonalne				
Literatura uzupełniają ca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zaj cia dydaktyczne	30		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2		0		
Przygotowanie się do zaj	10		0		
Studiowanie literatury	18		0		
Udział w konsultacjach	10		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	20		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	10		0		
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	100				
Liczba punktów ECTS	4				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: rozgrzewka w wybranych dyscyplinach sportu (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_29S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	1	wiczenia	30	0	ZO	4	
Razem			30			4	
Koordynator przedmiotu:		dr ALICJA DROHOMIRECKA					
Prowadz cy zaj cia:		dr ALICJA DROHOMIRECKA					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z funkcj , budow i zastosowaniem ró nego typu rozgrzewek w wybranych dyscyplinach sportu. Ponadto student posi dzie umiej tno tworzenia autorskich rozgrzewek dla ró nych dyscyplin sportu.					
Wymagania wst pne:		brak					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna zasady organizacji i prowadzenia rozgrzewek w ró nych dyscyplinach sportu.			K_W10	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi zaprezentowa i poprowadzi w praktyce rozgrzewk w ró nych dyscyplinach sportu.			K_U01 K_U02	
	2	EP3	Potrafi sporz dzi konspekt rozgrzewki dla dowolnej dyscypliny sportu.			K_U03	
kompetencje społeczne	1	EP4	Jest wiadom zasad bezpiecze stwa obowi zuj cych podczas prowadzenia rozgrzewki.			K_K07	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: rozgrzewka w wybranych dyscyplinach sportu							
Forma zaj : wiczenia							
1. Rozgrzewka w gimnastyce					1	10	0
2. Budowa i zasady układania rozgrzewek przedmeczowych i treningowych					1	4	0
3. Prezentacja opracowanych rozgrzewek pod wybrane dyscypliny sportu np. (lekkoatletyka, sporty rakietowe, sporty walki, gry zespołowe)					1	16	0
Metody kształcenia		pokaz, praca w grupie					
Metody weryfikacji efektów uczenia si						Nr efektu uczenia si z sylabusa	
		PROJEKT				EP3	
		ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP1,EP2,EP3,EP4	
		Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.					

Forma i warunki zaliczenia	Uzyskanie oceny pozytywnej z wicze warunkuje: 1. Aktywny udział w zajęciach; 2. Zaliczony na ocenę pozytywny konspekt rozgrzewki; 3. Zaliczone na ocenę pozytywną prowadzenie rozgrzewki na zadany temat;				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocenę końcową z przedmiotu stanowi ocena uzyskana z wicze				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	rozgrzewka w wybranych dyscyplinach sportu		Ważona	
	1	rozgrzewka w wybranych dyscyplinach sportu [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Jan Chmura (2014): Rozgrzewka. Podstawy fizjologiczne i zastosowanie praktyczne., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa				
	Zajęcia A. (red.) (2013): Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych, AWF Katowice, Katowice				
Literatura uzupełniająca	www.rozgrzewajsie.pl				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne		30		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		10		0	
Przygotowanie się do zajęć		14		0	
Studiowanie literatury		7		0	
Udział w konsultacjach		20		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		10		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		9		0	
Łączny nakład pracy studenta w godz.		100			
Liczba punktów ECTS		4			

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: seminarium magisterskie (POZOSTAŁE PRZEDMIOTY / MODUŁY)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_39S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 	
Status przedmiotu: fakultatywny				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski, semestr: 4 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	seminarium	30	0	ZO	4
	4	seminarium	30	0	ZO	8
Razem			60			12
Koordynator przedmiotu:		dr hab. KATARZYNA KOTARSKA				
Prowadz cy zaj cia:		dr hab. TERESA ZWIERKO				
Cele przedmiotu:		<p>Nabycie wiedzy z zakresu metodologii pisania pracy naukowej w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej, oraz poznanie schematu konstruowania procedury badawczej niezbdnej do przygotowania pracy dyplomowej.</p> <p>Nabycie umiejtnoci krytycznej analizy materiałówródłowych (literaturowych baz danych, artykułów naukowych w czasopismach polskich i zagranicznych, netografii), wyznaczenia celów i hipotez badawczych, planowania eksperymentu naukowego, analizy wyników, przygotowania dyskusji naukowej oraz formułowania wniosków. Nabycie umiejtnoci prezentowania problematyki badawczej i aktywnego udziału w dyskusjach naukowych.</p> <p>Rozwijanie u studentów postaw etycznych w oraz kształtowanie gotowo ci do przyj cia odpowiedzialno ci za rzetelno w badaniach naukowych.</p>				
Wymagania wst pne:		Wiedza z zakresu treningu sportowego oraz uwarunkowa sprawno ci fizycznej. Opanowany warsztat pracy laboratoryjnej z wykorzystaniem nowoczesnych metod i technik badawczych, umiejtnoci obsługi specjalistycznej aparatury pomiarowej oraz analizy i interpretacji danych wyników diagnostycznych niezbdnych do efektywnego prowadzenia procesu szkolenia sportowego.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna zaawansowan terminologi i kategorie poj ciowe stosowane w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej, w szczególno ci w powi zaniu ze zjawiskami dotycz cymi procesu treningu sportowego, diagnozowania i planowania w sporcie. Zna i rozumie zasady konstruowania tekstu naukowego.		K_W02	
	2	EP2	Zna metodologi prowadzenia bada przekrojowych i ci głych w dyscyplinie nauki o kulturze fizycznej. Zna i rozumie zasady planowania bada , w tym eksperymentu naukowego. Zna techniki i narz dzia badawcze stosowane w badaniach z zakresu diagnostyki sportowej odnosz ce si do realizowanego tematu pracy dyplomowej.		K_W07 K_W12	
	3	EP3	Zna zasady etycznego post powania w badaniach naukowych oraz rozumie konsekwencje naruszenia praw własno ci intelektualnej.		K_W05	

umiejętności	1	EP4	Potrafi biegło korzystać ze źródeł informacji naukowej, w tym pozycji obcojęzycznych. Krytycznie analizuje, selekcjonuje i wykorzystuje informacje z wielu źródeł, w tym ze źródeł elektronicznych. Formułuje cele i hipotezy badawcze. Potrafi zaplanować i zrealizować procedurę badań naukowych. Przy wykorzystaniu narzędzi statystycznych dokonuje analizy wyników badań i ich interpretacji. Tworzy dyskusję naukową. Potrafi formułować wnioski na podstawie przeprowadzonych badań.	K_U05 K_U06 K_U10 K_U12	
	2	EP5	Potrafi pracować samodzielnie w sposób systematyczny i zapewniać realizację związanych z przygotowaniem pracy dyplomowej. Prezentuje opracowania naukowe potrafić przedstawić swój punkt widzenia w sposób jasny, zrozumiały i przemysłany.	K_U12	
kompetencje społeczne	1	EP6	Jest gotów do ustawicznego doskonalenia się i przestrzegania zasad etycznych obowiązujących w badaniach naukowych. Jest gotów do realizacji badań naukowych w oparciu o normy prawne, zasady uczciwości i rzetelności naukowej.	K_K02	
	2	EP7	Jest gotów do krytycznej analizy informacji źródłowych z dyscypliny nauki o kulturze fizycznej i nauk pokrewnych.	K_K06	
	3	EP8	Jest przygotowany do wdrożenia wyników badań naukowych do procesu szkolenia sportowego zgodnie z zasadami etyki zawodowej.	K_K03 K_K04	
TRECI PROGRAMOWE ZAJĘCIA I KONSULTACJE			Semestr	Liczba godzin zajęć	
				w tym e-learning	
Przedmiot: seminarium magisterskie					
Forma zajęć: seminarium					
1. Zapoznanie się z zasadami przygotowania pracy dyplomowej oraz sposobem przygotowania się do egzaminu dyplomowego. Prawo autorskie, zasady etyki w badaniach naukowych.			3	2	0
2. Konstruowanie schematu postępowania badawczego. Planowanie eksperymentu badawczego. Omówienie etapów przygotowania pracy, usystematyzowanie terminologii z zakresu metodologii badań naukowych, gromadzenie i opracowywanie materiałów źródłowych, umiejętność posługiwania się źródłami internetowymi.			3	8	0
3. Zakres problematyki badawczej realizowanej w ramach seminarium - ustalenie szczegółowych tematów badawczych zgodnych z zainteresowaniami i wyborem studenta.			3	2	0
4. Formułowanie celów i hipotez badawczych dostosowanych do indywidualnie wybranych tematów prac.			3	4	0
5. Metody, narzędzia i techniki badawcze dostosowane do indywidualnych programów badawczych - sposoby wykonania pomiarów, ich zapis.			3	4	0
6. Omawianie procedur badawczych dostosowanych do wybranych tematów prac magisterskich			3	4	0
7. Analiza indywidualnych konspektów pracy magisterskiej. Autoprezentacja.			3	6	0
8. Analiza i opracowanie wyników kolejnych etapów badań: analiza statystyczna, opis i interpretacja wyników badań, graficzna prezentacja wyników badań.			4	8	0
9. Dyskusja wyników badań - konfrontacja wyników badań własnych z wynikami innych autorów. Krytyczna analiza osiągnięć badawczych.			4	8	0
10. Formułowanie wniosków poznawczych i aplikacyjnych w odniesieniu do indywidualnych procedur badawczych.			4	4	0
11. Przygotowanie do obrony pracy magisterskiej - opracowanie autoprezentacji, przedstawienie jej na seminarium, udział w dyskusji naukowej.			4	10	0
Metody kształcenia	Metody praktyczne (uczenie się przez działanie; metody wiczebne, metody realizacji zadań wytwórczych), Metody asymilacji wiedzy (np. dyskusja, praca z książką), Warsztaty poświęcone przygotowaniu wybranych aspektów redagowania pracy magisterskiej, Prezentacja opracowania naukowego i interaktywna dyskusja na forum grupy				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	PREZENTACJA			EP2,EP4,EP5,EP7,EP8	
	PRACA DYPLOMOWA			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8	

Forma i warunki zaliczenia	Semestr 3: systematyczny i aktywny udział w seminariach, zaprezentowanie koncepcji pracy i założenia metodologiczne badań. Przygotowanie podstaw teoretycznych pracy oraz przeprowadzenie części badawczej. Opracowanie konspektu pracy magisterskiej.				
	Semestr 4: złożenie pracy magisterskiej zgodnie z przyjętymi zasadami dyplomowania.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna wyliczona z ocen końcowych ocen za semestr 3 i 4.					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	seminarium magisterskie		Waga	
	3	seminarium magisterskie [seminarium]	zaliczenie z ocen		1,00
	4	seminarium magisterskie		Waga	
	4	seminarium magisterskie [seminarium]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Ciżczyk P., Boichanka S. (2008): Statystyka dla studentów uczelni sportowych, International Association of Ontokinesiologists, Szczecin				
	Prace oryginalne i przeglądowe w czasopiśmie specjalistycznym z dyscypliny nauki o kulturze fizycznej : Kinesiology, International Journal of Kinesiology and Sports Science, Antropomotoryka. Journal of Kinesiology and Exercise Sciences, Journal of Human Kinetics , Journal of Biomechanics, Human Movement, Biology of Sport, Journal of Sports Sciences, Central European Journal of Sport Sciences and Medicine				
	Ulatowski T. (2002): Zastosowanie metod naukowych na potrzeby sportu, AWF Warszawa, Warszawa				
Literatura uzupełniająca	Zenderowski R., (2008): Technika pisania prac magisterskich. Krótki przewodnik po metodologii pisania pracy dyplomowej, CeDeWu, Warszawa				
	Kusy K., Zieliński J. (2017): Nowoczesne metody diagnostyczne w sporcie: przewodnik trenera, AWF Poznań, Poznań				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
				W tym e-learning	
Zajęcia dydaktyczne		60		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		4		0	
Przygotowanie się do zajęć		39		0	
Studiowanie literatury		40		0	
Udział w konsultacjach		37		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		100		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		20		0	
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.		300			
Liczba punktów ECTS		12			

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM						
Moduł: Diagnoza i planowanie treningu motorycznego w wybranych sportach [moduł]						
Nazwa przedmiotu: sporty halowe (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_12S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	15	0	ZO	3
		wykład	5	0	ZO	
Razem			20			3
Koordynator przedmiotu:		dr BEATA FLORKIEWICZ				
Prowadz cy zaj cia:		dr BEATA FLORKIEWICZ				
Cele przedmiotu:		Poznanie zaawansowanej terminologii stosowanej w diagnozowaniu, w planowaniu i w realizacji treningu motorycznego z wybranych halowych grach zespołowych. Przygotowanie i umiej tno poprowadzenia treningu motorycznego z zastosowaniem wicze profilaktycznych i zasad bezpiecze stwa podczas przeprowadzenia zaj sportowych.				
Wymagania wst pne:		Brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Zna zaawansowan terminologi dotycz c planowania i realizacji treningu motorycznego w wybranych halowych grach zespołowych.			K_W02
	2	EP2	Zna formy, rodki i metody oceny zdolno ci motorycznych w wybranych halowych grach zespołowych.			K_W07
	3	EP3	Zna sposoby zapobiegania urazom podczas treningu motorycznego w wybranych halowych grach zespołowych.			K_W09
	4	EP4	Zna metody pracy z grupami sportowymi oraz rozumie specyfik prowadzenia jednostek treningowych w halowych grach zespołowych.			K_W10
umiej tno ci	1	EP5	Potrafi wykona elementy techniczne z wybranych gier zespołowych i wykorzysta je do samodzielnego przygotowania treningu motorycznego.			K_U01
	2	EP6	Potrafi dokona oceny zdolno ci motorycznych uwzgl dniaj c grup badan pod wzgl dem płci, wieku oraz dyscypliny sportowej.			K_U04
	3	EP7	Potrafi przygotowa i zrealizowa plan treningu motorycznego oraz zaprezentowa cykle treningowe w wybranych halowych grach zespołowych.			K_U05

kompetencje społeczne	1	EP8	Jest gotów do przeprowadzenia zajęć z treningu motorycznego przestrzegając zasad bezpieczeństwa wymaganych w wybranych halowych grach zespołowych.		K_K07	
	2	EP9	Jest gotów do wykorzystania wicze stosowanych w treningach wybranych halowych grach zespołowych zapobiegających powstaniu urazów.		K_K08	
TRECI PROGRAMOWE ZAJĘCIA I KONSULTACJE				Semestr	Liczba godzin zajęć	
					w tym e-learning	
Przedmiot: sporty halowe						
Forma zajęć : wykład						
1. Diagnostyka i kształtowanie zdolności motorycznych w wybranych halowych grach zespołowych			4	2	0	
2. Zasady planowania i realizacji (perodyzacja) planów treningowych w wybranych halowych grach zespołowych			4	2	0	
3. Profilaktyka urazów w halowych grach sportowych			4	1	0	
Forma zajęć : wiczenia						
1. Poznanie charakterystyki wysiłku fizycznego w halowych zespołowych grach sportowych			4	2	0	
2. Trening kształtujący wybrane zdolności motoryczne w wybranych halowych grach zespołowych			4	2	0	
3. Formy, rodzaje i metody kształtowania zdolności motorycznych w wybranych halowych grach zespołowych			4	2	0	
4. wiczenia stabilizacyjne w halowych grach zespołowych			4	2	0	
5. Przygotowanie i realizacja treningów motorycznych przez studentów (jednostka treningowa) i prezentacja okresów treningowych w halowych grach zespołowych			4	7	0	
Metody kształcenia		teoretyczne i praktyczne działania (odtwórcze i twórcze), wykład, prezentacja multimedialna				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusa	
		KOŁOKWIUM			EP1,EP2,EP3,EP4,EP6	
		PREZENTACJA			EP1,EP4,EP7	
		PROJEKT			EP1,EP5,EP7,EP8,EP9	
Forma i warunki zaliczenia		1. Kolokwium- pisemna wypowiedź obejmująca wiedzę z zakresu terminologii, planowania treningu motorycznego, diagnozowania i oceny metod zdolności motorycznych oraz profilaktyki urazów w halowych grach zespołowych 2. Projekt- pisemne przygotowanie treningu motorycznego (jednostka treningowa) i samodzielne poprowadzenie z wybranej halowej gry zespołowej 3. Prezentacja- multimedialna okresu treningowego z wybranej halowej gry zespołowej				
		Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
		Ocenę końcową stanowi średnia ocen z wicze i wykładów. Student musi uzyskać przynajmniej ocenę dostateczną.				
Metoda obliczania oceny końcowej		Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
		4	sporty halowe		Arytmetyczna	
		4	sporty halowe [wykład]	zaliczenie z ocen		
		4	sporty halowe [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa		Pacek A., Babiarz M. (2019): Sekrety przygotowania motorycznego w sporcie, SCEC - Strength & Conditioning Education Center				
		T.Bompa, A.Zajac, Z.Walkiewicz, J.Chmura (2013): Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych, AWF, Katowice				
Literatura uzupełniająca		Piłkowski D., Dyja L. (2017): Profesjonalne przygotowanie motoryczne i mentalne piłkarzy, KOS				
NAKŁAD PRACY STUDENTA						
			Liczba godzin			
			W tym e-learning			

Zajęcia dydaktyczne	20	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6	0
Przygotowanie się do zajęć	9	0
Studiowanie literatury	9	0
Udział w konsultacjach	10	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	10	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	11	0
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM						
Moduł: Diagnoza i planowanie treningu motorycznego w wybranych sportach [moduł]						
Nazwa przedmiotu: sporty raketowe (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_14S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	15	0	ZO	3
		wykład	5	0	ZO	
Razem			20			3
Koordynator przedmiotu:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Prowadz cy zaj cia:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Cele przedmiotu:		Pozyskanie wiadomo ci na temat kształtowania treningu motorycznego w sportach raketowych (tenis ziemny, squash, tenis stołowy, badminton). Nabycie przez studenta umiej tno ci przeprowadzenia zaj praktycznych z wybranych dyscyplinach z uwzgl dnieniem specyfiki dyscypliny. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia działa w celu propagowania aktywnego stylu ycia.				
Wymagania wst pne:		Student zna podstawy kształtowania zdolno ci motorycznych na ró nych etapach ycia				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Posiada wiedz na temat diagnozy i kształtowania zdolno ci motoryczne w wybranych sportach raketowych i wie jak zaplanowa i zrealizowa plan treningowy.			K_W07 K_W12 K_W14
	2	EP2	Zna profilaktyk urazów charakterystycznych dla sportów raketowych i posiada wiedz na temat wicze stabilizacyjnych dla tych dyscyplin.			K_W06 K_W09 K_W11
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi w umiej tny sposób dobra odpowiednie wiczenia stabilizacyjne w profilaktyce urazów charakterystycznych dla sportów raketowych.			K_U13
	2	EP4	Potrafi przeprowadzi diagnoz i w odpowiedni sposób kształtowa zdolno ci motoryczne w wybranych sportach raketowych i potrafi zaplanowa i zrealizowa plan treningowy na poziomie jednostki i okresów treningowych.			K_U01 K_U04 K_U05 K_U14
kompetencje społeczne	1	EP5	Posiada wiadomo znaczenia współdziałania w grupie, wiadomie anga uje do aktywno ci fizycznej dzieci i młodzie , student rozumie potrzeb dalszego rozwoju i samodoskonalenia.			K_K01 K_K03 K_K08
	2	EP6	Ma wiadomo roli jak odgrywa w kształtowaniu nawyków ruchowych i zdolno ci motorycznych swoich podopiecznych.			K_K02 K_K04
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: sporty raketowe						

Forma zaj : wykład					
1. Diagnoza i kształtowanie zdolności motorycznych w wybranych sportach raketowych (tenis ziemny, tenis stołowy, squash, badminton)		4	2	0	
2. Zasady planowania i realizacja (periodyzacja) planów treningowych w sportach raketowych		4	2	0	
3. Profilaktyka urazów w sportach raketowych		4	1	0	
Forma zaj : wiczenia					
1. Poznanie charakterystyki wysiłku fizycznego w sportach raketowych		4	2	0	
2. Formy, rodki i metody kształtowania zdolności motorycznych w sportach raketowych		4	3	0	
3. wiczenia stabilizacyjne w sportach raketowych		4	2	0	
4. Przygotowanie i realizacja treningów motorycznych przez studentów (jednostka treningowa) i prezentacja okresów treningowych w sportach raketowych		4	8	0	
Metody kształcenia		wykłady, prezentacje multimedialne, dyskusja, samodzielne prowadzenie zaj ,			
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu
	KOLOKWIUM				EP1,EP2,EP3
	PREZENTACJA				EP1,EP2,EP3,EP4
	ZAJ CIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJ)				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest: 1. obecno i aktywno na zaj ciach 2. przygotowanie prezentacji wybranego okresu przygotowawczego i prowadzenie zaj praktycznych na ocen 3. pozytywna ocena z kolokwium				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	1. przygotowanie prezentacji wybranego okresu przygotowawczego i prowadzenie zaj praktycznych - 50% oceny ko cowej 3. kolokwium pisemne z wykładów - 50% oceny ko cowej				
Metoda obliczania oceny ko cowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	sporty raketowe		Arytmetyczna	
	4	sporty raketowe [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	4	sporty raketowe [wykład]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	A. Pacek, M. Babiarz (2018): Sekrety przygotowania motorycznego w sporcie, get better, Kraków				
	Michale Boyle (2019): Nowoczesny trening funkcjonalny. , Galaktyka , Łód				
	Sztuka wygrywania w tenisie (2019): Gilbert Brant, Bukowy Las, Warszawa				
Literatura uzupełniają ca	J. Czopik (2007): Młody tenisista Jak unikn urazów, PZWL, Warszawa				
	J. Tarnas, I. Lauda ska-Krzemi ska, P. Unierzyski, (2013): Zabawy i gry ruchowe w tenisie, AWF Pozna , Pozna				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zaj cia dydaktyczne		20		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		3		0	
Przygotowanie si do zaj		11		0	
Studiowanie literatury		10		0	
Udział w konsultacjach		14		0	

Przygotowanie projektu / eseju / itp.	9	0
Przygotowanie si do egzaminu/zaliczenia	8	0
Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: sporty sylwetkowe (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_27S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
1	1	wiczenia	30	0	ZO	3	
Razem			30			3	
Koordynator przedmiotu:		dr MICHAŁ TARNOWSKI					
Prowadz cy zaj cia:		dr MICHAŁ TARNOWSKI					
Cele przedmiotu:		<p>Wyposa enie studentów w wiedz dotycz c podstaw treningu siłowego i sylwetkowego. Nabycie przez studenta wybranych umiej tno ci w zakresie treningu siły mi niowej i treningu sylwetkowego oraz umiej tno ci diagnozowania mo liwo ci siłowych u człowieka. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia treningu sylwetkowego i siłowego i/lub zrozumienia roli treningu siły mi niowej w procesie treningu sportowego w wybranych dyscyplinach sportu.</p>					
Wymagania wst pne:		Merytoryczne - brak. Studenci na zaj ciach powinni posiada odzie i obuwie sportowe.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna metody, formy rodki treningowe oraz metody oceny siły mi niowej stosowane w treningu sylwetkowym.			K_W07 K_W10	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi wła ciwe dobra i zastosowa w treningu sportowym odpowiednie dla stopnia zaawansowania oraz potrzeb swoich podopiecznych metody, formy, rodki treningowe oraz metody pomiaru siły mi niowej.			K_U01 K_U04 K_U05	
kompetencje społeczne	1	EP3	Rozumie potrzeby panowania nad grup , przyst pnego i empatycznego prowadzenia zaj z zakresu treningu siłowego i sylwetkowego oraz jest gotowy rozumie ró norakie potrzeby oczekiwania i ograniczenia swoich podopiecznych zwi zane z treningiem siły mi niowej w uprawianych przez nich wybranych dyscyplinach sportu.			K_K03 K_K07 K_K08	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: sporty sylwetkowe							
Forma zaj : wiczenia							
1. Podstawowe poj cia zwi zane z treningiem siły mi niowej i treningiem sylwetkowym.					1	4	0
2. Wybrane wiczenia na podstawowe grupy mi niowe					1	14	0
3. Wybrane metody treningu siłowego					1	12	0
Metody kształcenia		Prezentacja, zaj cia praktyczne.					

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	SPRAWDZIAN				EP1,EP2
	ZAJ ĆWICZENIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)				EP3
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie z ocen na podstawie: Kontroli obecności na ćwiczeniach. Zaliczenia ćwiczeń (sprawdzian). Oceny ćwiczeń (bieżące przygotowanie do zajęć i aktywność) - dotyczy zwłaszcza zajęć praktycznych. Dobór form, stopnia zaawansowania zajęć dostosowywany jest każdorazowo do poziomu sprawnościowego grupy oraz do możliwości organizacyjnych w danym roku akademickim.				
	W przypadku konieczności prowadzenia zajęć w formie zdalnej do końca semestru forma zaliczenia ulegnie zmianie z "sprawdzian" na "projekt"				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena końcowa jest sumą wszystkich ocen częściowych. Konieczne jest zaliczenie wszystkich zajęć (student musi zaliczyć wszystkie ćwiczenia w sposób określony przez prowadzącego).				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	sporty sylwetkowe		Ważona	
	1	sporty sylwetkowe [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Delavier F. (2007): Atlas treningu siłowego, Wydawnictwo Lekarskie PZW, Warszawa				
	Kruszewski M. (1997): Trening kulturystyczny w okresie przygotowawczym, Wydawnictwo AWF, Warszawa				
	Trzaskoma Z. (2001): Kompleksowe zwiększenie siły mięśniowej sportowców, COE, Warszawa				
	Ważny Z. (1977): Trening siły mięśniowej, Sport i Turystyka				
	Zajac A. i współ. (2010): Współczesny trening siły mięśniowej, AWF Katowice, Katowice				
Literatura uzupełniająca	Kunachowicz H. i współ. (2012): Wartość żywca wybranych produktów spożywczych i typowych potraw, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa				
	Stefaniak T. (1995): Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych, Wydawnictwo BK Wrocław, Wrocław				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne		30		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu		6		0	
Przygotowanie się do zajęć		8		0	
Studiowanie literatury		7		0	
Udział w konsultacjach		20		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		0		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		4		0	
Łączny nakład pracy studenta w godz.		75			
Liczba punktów ECTS		3			

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM							
Moduł: Diagnoza i planowanie treningu motorycznego w wybranych sportach [moduł]							
Nazwa przedmiotu: sporty trawiaste (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_11S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne			Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	4	wiczenia	15	0	ZO	3	
		wykład	5	0	ZO		
Razem			20			3	
Koordynator przedmiotu:		dr MIŁOSZ ST PI SKI					
Prowadz cy zaj cia:		dr MIŁOSZ ST PI SKI					
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studenta z zasadami diagnostyki i kształtowania zdolno ci motorycznych w wybranych sportach trawiastych. Student posi dzie umiej tno planowania i tworzenia projektów (konspektów i planów) zaj dla sportów trawiastych.					
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza nt. podziału i zasad kształtowania zdolno ci motorycznych u człowieka					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Posiada wiedz nt. zasad kształtowania i diagnostyki zdolno ci motorycznych w sportach trawiastych.			K_W01 K_W02	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi wykona i omówi konspekt jednostki treningowej i planu mezocyklu zakładaj cego kształtowanie danej zdolno ci motorycznej w sportach trawiastych.			K_U03	
	2	EP4	Potrafi prowadzi dyskusje z innymi nt. prezentowanych tre ci (planów i konspektów) - broni własnych racji i szuka w polemice alternatywnych rozwi za .			K_U02	
kompetencje społeczne	1	EP3	Jest gotów do samodzielnego opracowywania i poszukiwania inspiracji do realizacji wytyczonych zada .			K_K01	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: sporty trawiaste							
Forma zaj : wykład							
1. Diagnoza zdolno ci motorycznych w wybranych sportach trawiastych					4	2	0
2. Zasady planowania i przygotowania planów treningowych w sportach trawiastych					4	3	0
Forma zaj : wiczenia							
1. Zapoznanie z charakterystyk wysiłku w sportach trawiastych					4	4	0

2. Przykładowy trening kształtujący zdolności kondycyjne		4	4	0	
3. Prezentacja autorskich planów jednostek treningowych kształtujących zdolności motoryczne w sportach trawiastych		4	2	0	
4. Prezentacja autorskich półrocznych planów treningowych		4	5	0	
Metody kształcenia	Teoretyczne i praktyczne metody działania				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	PROJEKT			EP1,EP2,EP3,EP4	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	1. Aktywny udział w zajęciach; 2. Zaliczony projekt pt. "planowanie jednostki treningowej akcentujący doskonalenie wybranej zdolności motorycznej w sportach trawiastych." 3. Zaliczony projekt pt. "planowanie mezocyklu treningowego z doskonaleniem wybranej zdolności motorycznej w sportach trawiastych."				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	1. Aktywny udział w zajęciach (10 % oceny końcowej) 2. Zaliczony projekt pt. "planowanie jednostki treningowej akcentujący doskonalenie wybranej zdolności motorycznej w sportach trawiastych (30 % oceny końcowej). Ocenie podlega, estetyka i merytoryczna wartość przygotowanego konspektu, a także skrócona forma jego prezentacji. 3. Zaliczony projekt pt. "planowanie mezocyklu treningowego z doskonaleniem wybranej zdolności motorycznej w sportach trawiastych (60 % oceny końcowej). Ocenie podlega, estetyka i merytoryczna wartość przygotowanego planu mezocyklu, a także forma jego prezentacji.				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	sporty trawiaste		Arytmetyczna	
	4	sporty trawiaste [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
	4	sporty trawiaste [wykład]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Kusy K.i Zieliński J. (2018): Diagnostyka w sporcie. Podręcznik nowoczesnego trenera, AWF Poznań, Poznań				
	Prus G. (2003): Trening Sportowy, AWF Katowice, Katowice				
	Zajac A. (red.) (2013): Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych, AWF Katowice, Katowice				
Literatura uzupełniająca	pzpn.pl / szkolenie				
	www.laczynaspilka.pl				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	20		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6		0		
Przygotowanie się do zajęć	14		0		
Studiowanie literatury	5		0		
Udział w konsultacjach	10		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	10		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	10		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM						
Moduł: Diagnoza i planowanie treningu motorycznego w wybranych sportach [moduł]						
Nazwa przedmiotu: sporty walki (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_13S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : diagnoza i planowanie w treningu motorycznym	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	15	0	ZO	3
		wykład	5	0	ZO	
Razem			20			3
Koordynator przedmiotu:		mgr RADOSŁAW SROKA				
Prowadz cy zaj cia:		mgr RADOSŁAW SROKA , dr MICHAŁ TARNOWSKI				
Cele przedmiotu:		Poznanie podstawowych zagadnie zwi zanych z planowaniem i prowadzeniem treningu sportowego w sportach walki. Przygotowanie do diagnozy oraz doboru odpowiednich form, rodków i metod kształtowania zdolno ci motorycznych w sportach walki. Zorientowanie studenta na profilaktyk urazów oraz przygotowanie i realizac bezpiecznych treningów motorycznych w sportach walki				
Wymagania wst pne:		brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	Zna metody oceny sprawno ci motorycznej w wybranych sportach walki.			K_W07
	2	EP2	Zna epidemiologi oraz sposoby profilaktyki wyst powania urazów w sportach walki.			K_W09
	3	EP3	Zna specyfik i zasady planowania treningów motorycznych w sportach walki.			K_W10
umiej tno ci	1	EP4	Potrafi wdroy odpowiednie formy, rodki i metody kształtowania zdolno ci motorycznych w sportach walki w celu optymalizacji procesu treningowego.			K_U04
	2	EP5	Potrafi opracowywa i indywidualizowa ró ne formy treningu motorycznego w sportach walki w zale no ci od indywidualnych potrzeb zawodników.			K_U05
	3	EP6	Potrafi rozwi zywa problemy zwi zane z planowaniem i realizac treningów motorycznych w sportach walki.			K_U09
	4	EP7	Potrafi antycypowa i zapobiega wyst pieniu niebezpiecznych sytuacji oraz kształtowa pozytywne nawyki u zawodników zwi zane z profilaktyk urazów w sportach walki.			K_U13
kompetencje społeczne	1	EP8	Jest gotowy do samodzielnego poszukiwania informacji z wykorzystaniem tradycyjnych ródeł oraz nowoczesnych technologii.			K_K02
	2	EP9	Szanuje godno współpracowników, wyra a swoje opinie i informacje zwrotne w sposób wskazuj cy na trosk o ich odczucia i potrzeby.			K_K03

TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI		Semestr	Liczba godzin zaj		
				w tym e-learning	
Przedmiot: sporty walki					
Forma zaj : wykład					
1. Diagnoza i kształtowanie zdolności motorycznych w wybranych sportach walki		4	2	0	
2. Zasady planowania i realizacja (periodyzacja) planów treningowych w sportach walki		4	2	0	
3. Profilaktyka urazów w sportach walki		4	1	0	
Forma zaj : wiczenia					
1. Poznanie charakterystyki wysiłku fizycznego w sportach walki		4	2	0	
2. Trening kształtujący wybrane zdolności motoryczne w sportach walki		4	2	0	
3. Formy, rodzki i metody kształtowania zdolności motorycznych w sportach walki		4	4	0	
4. wiczenia stabilizacyjne w sportach walki		4	2	0	
5. Przygotowanie i realizacja treningów motorycznych przez studentów (jednostka treningowa) i prezentacja okresów treningowych w wybranych sportach walki		4	5	0	
Metody kształcenia	pokaz, wykład, prezentacja multimedialna, dyskusja, praca indywidualna, praktyczne działanie (odtwórcze i twórcze)				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP3	
	PROJEKT			EP3,EP4,EP5,EP6,EP7,EP8,EP9	
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego				
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie wykładów: na podstawie pozytywnej oceny z kolokwium obejmującego wiedzę z wykładów oraz zalecanej literatury				
	Zaliczenie wicze : warunkiem zaliczenia wicze jest obecność na zajęciach oraz pozytywna ocena za przygotowanie i realizację treningów motorycznych zgodnie z tematem określonym przez prowadzącego				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Ocena końcowa z przedmiotu jest wyliczana na podstawie oceny końcowej z wicze oraz oceny końcowej z wykładów (w stosunku 1:1). Wszystkie wyżej wymienione elementy muszą być zaliczone minimum na ocenę dostateczną .					
Ocena końcowa z przedmiotu może ulec podwyższeniu w zakresie 10-20% za aktywne i wolontariackie zaangażowanie studenta na zasadach określonych przez prowadzącego.					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	sporty walki		Arytmetyczna	
	4	sporty walki [wykład]	zaliczenie z ocen		
	4	sporty walki [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	Kalina R.M. (2000): Teoria sportów walki, COS, Warszawa				
	Litwiniuk S., Bujak Z., Litwiniak A. (red.) (2000): Optymalizacja struktury treningu i współzawodnictwa w sportach walki, Akad.Wych.Fiz.J.Piłsudskiego, Białą Podlaska				
	Starrett K., Cordoza G. (2015): Bądź sprawny jak lampart, Wydawnictwo Galaktyka, Łódź				
	Sterkowicz S. (red.) (2001): Czynności zawodowe trenera i problemy badawcze w sportach walki, AWF Kraków, Kraków				
	Szeligowski P. (2012): Trening siły eksplozywnej w sportach walki : siła, szybkość, dynamika, równowaga, JK - Wydawnictwo Aha, Łódź				
Literatura uzupełniająca	Cochran S. (2011): Siła, szybkość i kondycja w sztukach walki, Inne Spacerki - Sembrador, Zielonka				
	Stefaniak T. (2008): Dokładność odtwarzania zadanej siły przez zawodników sportów walki, Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego, Wrocław				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			

Zajęcia dydaktyczne	20	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	6	0
Przygotowanie się do zajęć	9	0
Studiowanie literatury	8	0
Udział w konsultacjach	10	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	12	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	10	0
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S						
Nazwa przedmiotu: suplementacja w wybranych dyscyplinach sportowych (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_4S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	3	wiczenia	30	0	ZO	5
		wykład	15	0	E	
Razem			45			5
Koordynator przedmiotu:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Prowadz cy zaj cia:		dr MAREK KOLBOWICZ				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest przyswojenie wiedzy i umiej tno ci w zakresie prognozowania suplementacji w wybranych zdolno ciach motorycznych i ukierunkowanie jej na poszczególne dyscypliny sportu.				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat suplementacji w sporcie kwalifikowanym i amatorskim.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Posiada wiedz w zakresie ywienia i suplementacji w sporcie.		K_W08	
	2	EP2	Wie jaki rodzaj suplementacji nale y zastosowa w treningu sportowym w wybranych zdolno ciach motorycznych.		K_W06 K_W08	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi samodzielnie analizowa , interpretowa i dobiera odpowiedni diet do wybranych dyscyplin sportowych.		K_U07 K_U08	
	2	EP4	Posiada umiej tno samodzielnego wyszukiwania niezb dnych danych w literaturze zwi zanej z suplementacj sportowca.		K_U14	
kompetencje społeczne	1	EP5	Ma wiadomo swojej roli w kształtowaniu nawyków ywieniowych i prawidłowym stosowaniu suplementacji w wybranych dyscyplinach sportu.		K_K08	
	2	EP6	Rozumie potrzeb dalszego samokształcenia si w zakresie suplementacji w sporcie.		K_K02 K_K06	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: suplementacja w wybranych dyscyplinach sportowych						
Forma zaj : wykład						
1. Suplementacja w zarysie			3	3	0	
2. Suplementacja pomocna w zwalczaniu zm czenia treningowego			3	3	0	
3. Suplementacja wspomagaj ca rozwój siły			3	3	0	
4. Suplementacja wspomagaj ca rozwój wytrzymało ci mi niowej			3	3	0	

5. Suplementacja wspomagająca redukcję tkanki tłuszczowej		3	3	0	
Forma zajęć : wiczenia					
1. Indywidualizacja suplementacji w zależności od potrzeb dyscypliny		3	5	0	
2. Suplementacja minimalizująca ryzyko kontuzji		3	5	0	
3. Suplementacja wspomagająca odporność sportowca		3	5	0	
4. Suplementacja w sportach zespołowych		3	5	0	
5. Suplementacja w sportach szybkościowo-siłowych		3	5	0	
6. Suplementacja w sportach wydolnościowych		3	5	0	
Metody kształcenia	wykłady, prezentacje multimedialne, dyskusja, zajęcia praktyczne				
Metody weryfikacji efektów uczenia się				Nr efektu uczenia się z sylabusu	
	EGZAMIN PISEMNY			EP1,EP2,EP3,EP4	
	KOŁOKWIUM			EP2,EP3,EP4,EP5	
	PREZENTACJA			EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6	
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest: 1. Obecność i aktywne uczestnictwo w zajęciach 2. Pozytywna ocena z prezentacji 3. Pozytywna ocena z kolokwium 4. Pozytywna ocena z egzaminu				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Oceny końcowe stanowi średnia arytmetyczna z: 1. Prezentacja i kolokwium - 50% oceny końcowej 2. Egzamin - 50% oceny końcowej				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do średniej
	3	suplementacja w wybranych dyscyplinach sportowych		Arytmetyczna	
	3	suplementacja w wybranych dyscyplinach sportowych [wykład]	egzamin		
	3	suplementacja w wybranych dyscyplinach sportowych [wiczenia]	zaliczenie z ocen		
Literatura podstawowa	A. Bean (2019): Wyżenie w sporcie, ZYSK I S-KA, Poznań				
	G. Zydek, M. Michalczyk, A. Zajac (2017): Nowe trendy w wyżeniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie, AWF Katowice, Katowice				
Literatura uzupełniająca	B. Frączek, J. Krzywowski, H. Krysztofiak (2019): Dietetyka sportowa, PZWL, Warszawa				
	A. Zajac, S. Poprzeczki, M. Czuba, G. Zydek, A. Goła (2012): Dieta i suplementacja w sporcie i rekreacji, AWF Katowice, Katowice				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne		45	0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu		4	0		
Przygotowanie się do zajęć		14	0		
Studiowanie literatury		10	0		
Udział w konsultacjach		20	0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.		16	0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia		16	0		

Ł CZNY nakład pracy studenta w godz.	125
Liczba punktów ECTS	5

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: szkolenie BHP (INNE DO ZALICZENIA)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3434_2S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	1	wiczenia	1	0	Z	0
		wykład	4	4	Z	
Razem			5			0
Koordynator przedmiotu:		mgr MARIA ADAMCZYK				
Prowadz cy zaj cia:		mgr MARIA ADAMCZYK				
Cele przedmiotu:		Nabycie wiedzy i umiej tno ci z zakresu bezpiecze stwa i higieny pracy, ochrony przeciwpo arowej, udzielania pierwszej pomocy w stanach nagłych oraz praw i obowi zków studenta.				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza o rodowisku, umiej tno uczenia si , umiej tno współdziałania w zespole.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna prawne, organizacyjne i etyczne uwarunkowania wykonywania działalno ci zawodowej w ramach studiowanego kierunku studiów.			
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi planowa i organizowa prac szkoln oraz pozaszkoln uczenia w zakresie bezpiecze stwa i higieny pracy.			
	2	EP3	Student potrafi przewidywa zagro enia dla ycia i zdrowia, a tak e wła ciwie zachowa si w miejscu nieszcz liwych wypadków oraz udzieli pomocy przedmedycznej			
kompetencje społeczne	1	EP4	Realizuje zadania w sposób zapewniaj cy bezpiecze stwo własne i otoczenia, w tym przestrzega zasady bezpiecze stwa.			
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: szkolenie BHP						
Forma zaj : wykład						
1. Regulacje prawne: uregulowania prawne dotycz ce bezpiecze stwa pracy i ochrony zdrowia ,obowi zki uczelni, przeło onych w zakresie zapewnienia bezpiecznych i higienicznych warunków pracy i nauki, czynniki ergonomiczne w kształtowaniu warunków pracy, w tym normy higieniczne dla stałych pomieszcze			1	1	1	
2. Czynniki niebezpieczne fizyczne, biologiczne i chemiczne na zaj ciach laboratoryjnych, pracowniach i w czasie zaj terenowych, unikanie zagro e ze szczególnym uwzgl dnieniem rodków ochrony zbiorowej i indywidualnej oraz post powanie powypadkowe (uregulowania prawne, ubezpieczenia wypadkowe).			1	1	1	
3. Udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej w sytuacji wypadkowej, apteczki pierwszej pomocy.			1	1	1	
4. Podstawy prawne w zakresie ochrony p.po . systemy wykrywania po arów. substancje palne i wybuchowe , zapobieganie zagro eniom po arowym , post powanie w czasie po aru i innych miejscowych zagro eniach, podr czny sprz t ga niczy, ewakuacja.			1	1	1	

Forma zaj : wiczenia					
1. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne ? prowadzenie resuscytacji kręgowo oddechowej (RKO)			1	1	0
Metody kształcenia	Kurs e-learningowy, szkolenie praktyczne.				
Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	SPRAWDZIAN				EP1,EP2,EP3,EP4
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Test e-learningowy wyboru sprawdzający wiedzę nabytą w trakcie szkolenia, w szczególności unikanie zagrożeń, postępowanie podczas pożaru i ewakuacji oraz uregulowania prawne. Warunkiem zaliczenia testu jest udzielenie 75% poprawnych odpowiedzi.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Zaliczenie kursu e-learningowego z zakresu BHP ? uzyskanie min 75% poprawnych odpowiedzi z testu Odbycie szkolenia praktycznego z zakresu RKO				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	szkolenie BHP		Nieobliczana	
	1	szkolenie BHP [wiczenia]	zaliczenie		
	1	szkolenie BHP [wykład]	zaliczenie		
Literatura podstawowa	B. Rączkowski (2010): BHP w praktyce, Wydawnictwo ODDK, Gdańsk				
	(2016): Kodeks pracy – tekst jednolity, Dziennik Ustaw RP, Warszawa				
	(2011): Zarządzenia Rektora Uniwersytetu Szczecińskiego w zakresie BHP i p. po, Szczecin				
Literatura uzupełniająca	D. Koradecka (1999): Bezpieczeństwo pracy i ergonomia, Wydawnictwo CIOP, Warszawa				
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
			Liczba godzin		
			W tym e-learning		
Zajęcia dydaktyczne	5		4		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	0		0		
Przygotowanie się do zajęć	0		0		
Studiowanie literatury	0		0		
Udział w konsultacjach	0		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	0		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	5				
Liczba punktów ECTS	0				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: szkolenie biblioteczne (INNE DO ZALICZENIA)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3487_22S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	1	wykład	2	2	Z	0
Razem			2			0
Koordynator przedmiotu:		mgr BEATA BEKASZ				
Prowadz cy zaj cia:		mgr BEATA BEKASZ				
Cele przedmiotu:		Zapoznanie studenta ze struktur Biblioteki Mi dzywydziałowej, zasobami czyteln i wypo yczalni, katalogiem elektronicznym, korzystaniem z komputerów i ze sprz tu reprograficznego. Nabycie umiej tno ci korzystania z elektronicznego Katalogu Głównego: szybkie wyszukiwanie, wyszukiwanie zaawansowane; elektroniczne bazy danych.				
Wymagania wst pne:		Brak wymaga wst pnych.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
umiej tno ci	1	EP1	Student zna struktur Biblioteki Mi dzywydziałowej oraz potrafi korzysta z zasobów czyteln i wypo yczalni posługuj c si katalogiem elektronicznym i bibliograficznymi bazami danych.			K_U03
	2	EP2	Student zna zasady korzystania z komputerów i sprz tu reprograficznego w Bibliotece Mi dzywydziałowej.			K_U02
	3	EP3	Student potrafi korzysta z Elektronicznego Katalogu Głównego oraz ro nych form wyszukiwania (wyszukiwanie zaawansowane, szybkie wyszukiwanie).			K_U03
	4	EP4	Student zna i potrafi posługiwa si elektronicznymi bazami danych w celu wyszukiwania publikacji pozwalaj cych na pogł bianie swojej wiedzy i zainteresowa , prowadzenie bada niezbdnych do napisania i zło enia pracy dyplomowej.			K_U03 K_U10
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: szkolenie biblioteczne						
Forma zaj : wykład						
1. Struktura Biblioteki Mi dzywydziałowej, zasoby czyteln i wypo yczalni, katalog elektroniczny, szybkie wyszukiwanie, wyszukiwanie zaawansowane, elektroniczne bazy danych, korzystanie z komputerów i sprz tu reprograficznego. Korzystanie z zasobów innych bibliotek sieci informacyjno-bibliotecznej Uniwersytetu Szczeci skiego.					1	2
Metody kształcenia		Prezentacja multimedialna dost pna na stronie Biblioteki Mi dzywydziałowej.				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	SPRAWDZIAN				EP1,EP2,EP3,EP4
Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest otrzymanie co najmniej 60 % z testu elektronicznego dostępnego na stronie Biblioteki Międzywydziałowej.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
Uzyskanie co najmniej 60 % z testu elektronicznego dostępnego na stronie Biblioteki Międzywydziałowej.					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	szkolenie biblioteczne		Nieobliczana	
	1	szkolenie biblioteczne [wykład]	zaliczenie		
Literatura podstawowa					
Literatura uzupełniająca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
				W tym e-learning	
Zajęcia dydaktyczne	2		2		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	0		0		
Przygotowanie się do zajęć	0		0		
Studiowanie literatury	0		0		
Udział w konsultacjach	0		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	0		0		
Łączny nakład pracy studenta w godz.	2				
Liczba punktów ECTS	0				

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: szkolenie e-learningowe (INNE DO ZALICZENIA)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3605_6S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	1	wiczenia	2	2	Z	0
Razem			2			0
Koordynator przedmiotu:		mgr KONRAD MIELKO				
Prowadz cy zaj cia:		mgr KONRAD MIELKO				
Cele przedmiotu:		Przeszkolenie studentów w zakresie metod i technik kształcenia na odległo , w tym z funkcjonalno ci platformy e-learningowej oraz formami komunikacji elektronicznej z wykładowcami i administracj na Uczelni. Przedstawienie form i metod oceniania w trybie wykorzystuj cym metody i techniki kształcenia na odległo .				
Wymagania wst pne:		Aktywne konto studenta w domenie stud.usz.edu.pl. Podstawy obsługi komputera.				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu
wiedza	1	EP1	zna podstawowe metody korzystania z narz dzi chmurowych Microsoft 365 do komunikacji wewn trz uczelni			
	2	EP2	ma wiedz na temat zasad zaliczania przedmiotów prowadzonych z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległo			
	3	EP3	zna zasady poruszania si po platformie e-learningowej			
umiej tno ci	1	EP4	potrafi zalogowa si do platformy nauczania zdalnego			
	2	EP5	potrafi w formie elektronicznej skontaktowa si z wykładowc i pracownikami uczelni			
	3	EP6	potrafi odnale wła ciwy przedmiot wykładany online i przyst pi prawidłowo do egzaminu/zaliczenia online			
kompetencje społeczne	1	EP7	posiada kompetencje współpracy i komunikacji z innymi studentami i wykładowcami w trybie pracy zdalnej			
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj
						w tym e-learning
Przedmiot: szkolenie e-learningowe						
Forma zaj : wiczenia						
1. Obsługa platformy e-learningowej.					1	1
2. Komunikacja elektroniczna na uczelni.					1	1
Metody kształcenia		e-learning z wykorzystaniem platformy Moodle				

Metody weryfikacji efektów uczenia się					Nr efektu uczenia się z sylabusu
	SPRAWDZIAN				EP1,EP2,EP3,EP4,EP5,EP6,EP7
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.				
Forma i warunki zaliczenia	Zaliczenie bez oceny na podstawie wyników sprawdzianu w formie testu				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Uzyskanie co najmniej 60% poprawnych odpowiedzi				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	1	szkolenie e-learningowe		Nieobliczana	
	1	szkolenie e-learningowe [wiczenia]	zaliczenie		
Literatura podstawowa					
Literatura uzupełniająca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	2		2		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	0		0		
Przygotowanie się do zajęć	0		0		
Studiowanie literatury	0		0		
Udział w konsultacjach	0		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	0		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	0		0		
Ł. CZNY nakład pracy studenta w godz.	2				
Liczba punktów ECTS	0				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z							
Nazwa przedmiotu: techniki multimedialne w sporcie (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_37S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno :		
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 3 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	wiczenia	30	0	ZO	3	
Razem			30			3	
Koordynator przedmiotu:		mgr ROBERT TERCZY SKI					
Prowadz cy zaj cia:		dr MIŁOSZ ST PI SKI					
Cele przedmiotu:		Nabycie wiedzy dotycz cej edycji programów komputerowych przeznaczonych do tworzenia e-konspektów. Student b dzie posiadał umiej tno tworzenia e-konspektów, edycji video i grafik. B dzie znał zasadno stosowania technik multimedialnych w pracy trenerskiej.					
Wymagania wst pne:		podstawowa wiedza nt. obsługi komputera w rodowisku Windows i MS Office					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna podstawowe programy komputerowe i inne urz dzenia techniczne słu ce do oceny i monitoringu aktywno ci fizycznej i maj ce zastosowanie w szkołach i klubach sportowych.			K_W04 K_W14	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi dobrać i wykorzystac metody i aparatur badawcza w ocenie aktywno ci fizycznej oraz oceni , zinterpretowa uzyskane rezultaty. Potrafi posługiwa si specjalistycznym sprz tem komputerowym i inn multimedialna aparatura w obszarze treningu sportowego.			K_U03	
kompetencje społeczne	1	EP3	Jest gotów do krytycznej oceny własnych i cudzych projektów multimedialnych.			K_K03	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI					Semestr	Liczba godzin zaj	
						w tym e-learning	
Przedmiot: techniki multimedialne w sporcie							
Forma zaj : wiczenia							
1. Nauka obsługi dost pnych programów komputerowych uwzgl dniaj cych mo liwo ci wielokierunkowej obserwacji wybranej dyscypliny sportu					3	24	0
2. Prezentacja e-konspektów					3	6	0
Metody kształcenia		Teoretyczne i praktyczne metody działania Literatura					

Metody weryfikacji efektów uczenia się						Nr efektu uczenia się z sylabusu
	PREZENTACJA					EP1,EP2,EP3
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	1. Aktywny udział w zajęciach; 2. Zaliczone czystkowe projekty z zakresu edycji Power Point, programów graficznych i edytorów video. 3. Przygotowanie i prezentacja e-konspektu zawierającego materiały graficzne i video z hospitowanego treningu sportowego					
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu					
	Oceną końcową stanowi ocena z przygotowania i prezentacji e-konspektu (100 % oceny końcowej)					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej	
	3	techniki multimedialne w sporcie		Ważona		
	3	techniki multimedialne w sporcie [wyczenia]	zaliczenie z ocen		1,00	
Literatura podstawowa	Piotr Wróblewski (2018): ABC komputera, Helion, Warszawa					
	Rzadowska A. (2003): Mistrzowskie prezentacje : slajdowy poradnik mówcy doskonałego, Helion, Gliwice					
	Sedlak K. (1995): Aby osiągnąć cel, czyli Jak pisać listy, jak układać ogłoszenia i reklamy, jak prowadzi zebrania i prezentacje, jak przygotowuje raporty, jak rozmawia przez telefon, Wydawnictwo Profesjonalnej Szkoły Biznesu, Kraków					
Literatura uzupełniająca	Kuciński K. (1999): Obsługa komputera : krok po kroku '99. Edition 2000, Kraków					
	Wróblewski P. (2018): ABC komputera, Helion, Gliwice					
NAKŁAD PRACY STUDENTA						
			Liczba godzin			
			W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne			30		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu			2		0	
Przygotowanie się do zajęć			8		0	
Studiowanie literatury			5		0	
Udział w konsultacjach			15		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			12		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			3		0	
Łączny nakład pracy studenta w godz.			75			
Liczba punktów ECTS			3			

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: trening koordynacyjny (KIERUNKOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_26S	
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki			Specjalno : 	
Status przedmiotu: obowi zkowy				J zyk przedmiotu: semestr: 1 - j zyk polski		
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	1	wiczenia	15	0	ZO	3
Razem			15			3
Koordynator przedmiotu:		dr WOJCIECH JEDZINIAK				
Prowadz cy zaj cia:		dr WOJCIECH JEDZINIAK				
Cele przedmiotu:		<p>Przekazanie wiedzy z zakresu metod kształtowania koordynacji ruchowej w grupach zróżnicowanych wiekiem, poziomem sprawności fizycznej i stanem zdrowia.</p> <p>Kształtowanie umiejętności studentów w zakresie planowania, organizacji i realizacji treningu koordynacyjnego</p> <p>Doskonalenie kompetencji studentów w zakresie dbałości o bezpieczeństwo uczestników zajęć ruchowych</p>				
Wymagania wstępne:		brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna szczegółów struktur zdolności motorycznych i wyjaśnia znaczenie stosowania ćwiczeń koordynacyjnych w procesie szkolenia sportowego.		K_W02	
	2	EP2	Rozumie znaczenie okresów sensytywnych w rozwoju koordynacji ruchowej oraz posiada wiedzę na temat badań diagnostycznych i metodyki kształtowania zdolności koordynacyjnych w różnych grupach wiekowych.		K_W10	
umiejętności	1	EP3	Potrafi zademonstrować ćwiczenia koordynacji ruchowej o charakterze ogólnym oraz specyficznym posługując się sprzętem niezbędnym do realizacji treningu koordynacyjnego.		K_U01	
	2	EP4	Na podstawie wyników badań z przeprowadzonej diagnozy funkcjonalnej, potrafi zaplanować program ćwiczeń doskonalących wybrane aspekty koordynacji ruchowej z uwzględnieniem wieku, dyscypliny sportu oraz stanu zdrowia uczestników.		K_U05 K_U13	
kompetencje społeczne	1	EP5	Jest gotów do przyjęcia odpowiedzialności za realizację powierzonych mu zadań wynikających z przygotowania i prowadzenia treningu koordynacyjnego.		K_K07	
	2	EP6	Jest gotów do podjęcia dyskusji i uzasadnienia konieczności wdrożenia diagnozy i kształtowania koordynacji ruchowej uczestnikom procesu szkoleniowego w sporcie i w rekreacji.		K_K04	
TRENI CI PROGRAMOWE ZAJĘCIA I KONSULTACJE					Semestr	
					Liczba godzin zajęć	
					w tym e-learning	

Przedmiot: trening koordynacyjny						
Forma zaj : wiczenia						
1. Diagnoza zdolno ci koordynacyjnych: testy laboratoryjne, testy motoryczne			1	2	0	
2. Kształtowanie koordynacyjnych zdolno ci motorycznych: metodyka wicze , przykłady programów treningowych (grupy sportowe, sportowcy niepełnosprawni, osoby starsze, osoby z dysfunkcj wzroku)			1	3	0	
3. wiczenia koordynacji ogólnej			1	2	0	
4. wiczenia koordynacji specjalnej			1	2	0	
5. Planowanie programu treningu koordynacyjnego. Trena ery i przybory wykorzystywane w treningu koordynacji ruchowej			1	2	0	
6. Organizacja i prowadzenie zaj treningu koordynacyjnego dla wskazanych grup sportowych i rekreacyjnych (zaj cia projektowe)			1	4	0	
Metody kształcenia		metody poszukuj ce: problemowe, wiczeniowo-praktyczne, praca w grupie, metody oparte na obserwacji i pomiarze				
Metody weryfikacji efektów uczenia si					Nr efektu uczenia si z sylabusu	
		KOLOKWIUM			EP1,EP2,EP6	
		PROJEKT			EP3,EP4,EP5	
		Metody i formy weryfikacji efektów uczenia si mog zosta zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach okre lonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczeci skiego				
Forma i warunki zaliczenia		<p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnej oceny za:</p> <p>(1) projekt, w skład którego wchodzi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - przeprowadzenie diagnozy poziomu koordynacji ruchowej, opisanie wyników i wniosków z przeprowadzonych bada , przygotowanie programu wicze kształtuj cych wybrane elementy koordynacji ruchowej dla wskazanej grupy uczestników aktywno ci sportowej lub rekreacyjnej - demonstracja wicze o ró nej złożono ci koordynacyjnej oraz przeprowadzenie treningu koordynacyjnego o charakterze ogólnym i specjalnym. <p>(2) kolokwium - dłu sza wypowiedz pisemna na pytania dotycz ce zasad kształtowania i metodyki wicze koordynacyjnych w grupach sportowych, rekreacyjnych i treningu zdrowotnym</p> <p>W okresie nauczania hybrydowego lub wył cznie nauczania zdalnego nast pi zmiana warunków zaliczenia przedmiotu na nast puj ce wymogi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Omówienie wybranej formy diagnozy poziomu koordynacji ruchowej dla wskazanej grupy uczestników aktywno ci sportowej lub rekreacyjnej. 2. Przygotowanie programu wicze kształtuj cych wybrane elementy koordynacji ruchowej dla osób w ró nym wieku oraz na ró nych etapach szkolenia sportowego. 3. Kolokwium pisemne- dłu sza wypowiedz pisemna na pytania dotycz ce zasad kształtowania i metodyki wicze koordynacyjnych w grupach sportowych, rekreacyjnych i treningu zdrowotnym. <p>W okresie nauczania hybrydowego lub wył cznie nauczania zdalnego nie nast pi zmiana metod weryfikacji efektów uczenia si .</p>				
		Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
		Ocen ko cow stanowi rednia arytmetyczna ocen cz stkowych				
Metoda obliczania oceny ko cowej		Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
		1	trening koordynacyjny		Ważona	
		1	trening koordynacyjny [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa		<p>Raczek J., Lâh V., Mynarski W. (2003): Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolno ci motorycznych: podr cznik dla nauczycieli, trenerów i studentów, AWF Katowice , Katowice</p> <p>Zwierko T. (2016): Percepcja wzrokowa w grach sportowych. Podstawy teoretyczne i implikacje praktyczne, Uniwersytet Szczeci ski, Szczecin</p>				
Literatura uzupełniają ca		<p>Lah V. (2001): Trening koordynacyjny w grach sportowych. Wybrane podstawy teoretyczno-metodyczne , Człowiek i Ruch, AWF Wrocław</p> <p>Jedziniak W., Lesiakowski P., Zwierko T. (2020): Oculomotor Control in Amputee Soccer Players, Adapted Physical Activity Quarterly, 37 (1), 41–55</p> <p>Zwierko T., Jedziniak W., Lesiakowski P., liwiak M., Kirkiewicz M., Lubi ski W. (2019): Eye–Hand Coordination Impairment in Glaucoma Patients, Int. J. Environ. Res. Public Health,16, 4332</p>				
NAKLAD PRACY STUDENTA						
			Liczba godzin			
			W tym e-learning			

Zajęcia dydaktyczne	15	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	2	0
Przygotowanie się do zajęć	15	0
Studiowanie literatury	8	0
Udział w konsultacjach	10	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	15	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	10	0
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	

SYLABUS (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z						
Nazwa przedmiotu: trening motoryczny w ontogenezie (KIERUNKOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_42S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : 		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 2 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
1	2	wiczenia	8	0	ZO	2
		wykład	2	0	ZO	
Razem			10			2
Koordynator przedmiotu:		dr MIŁOSZ ST PI SKI				
Prowadz cy zaj cia:		dr MIŁOSZ ST PI SKI				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z zasadami kształtowania zdolno ci motorycznych na poszczególnych etapach ontogenezy. Student posi dzie umiej tno planowania treningu motorycznego na ró nych etapach ontogenezy.				
Wymagania wst pne:		brak				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna zasady organizacji procesu kształcenia zdolno ci motorycznych na ró nych etapach ontogenezy.		K_W01	
	2	EP4	Zna metody pracy z dzie mi i młodzie na ró nych etapach ontogenezy.		K_W10	
umiej tno ci	1	EP3	Potrafi przeanalizowa i zaprojektowa trening motoryczny na ró nych etapach ontogenezy.		K_U04	
	2	EP6	Potrafi prowadzi dyskusje z innymi na temat prezentowanych przez nich tre ci dotycz cych projektów treningów motorycznych.		K_U02	
kompetencje społeczne	1	EP5	Jest gotów do podj cia dyskusji z innymi i obrony własnych argumentów przy omawianiu prezentowanych prac.		K_K05	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: trening motoryczny w ontogenezie						
Forma zaj : wykład						
1. Kształtowanie zdolno ci motorycznych na ró nych etapach ontogenezy człowieka				2	2	0
Forma zaj : wiczenia						
1. Przykładowa jednostka treningowa kształtuj ca wybran zdolno motoryczna na etapie wczesnoszkolnym				2	2	0
2. Przykładowa jednostka treningowa kształtuj ca wybran zdolno motoryczna na etapie szkolnym				2	2	0
3. prezentacja autorskich zaj kształtuj cych wybrane zdolno ci motoryczne na ró nych etapach ontogenezy				2	4	0
Metody kształcenia		teoretyczne i praktycznego działania (odtwórcze i twórcze).				

Metody weryfikacji efektów uczenia się						Nr efektu uczenia się z sylabusu
	PREZENTACJA					EP1,EP3,EP4,EP5,EP6
	Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.					
Forma i warunki zaliczenia	Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wyczeniach Zaliczenie prezentacji projektu zajęci treningowych kształtujących wybrana zdolność motoryczną w założonej kategorii wiekowej.					
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu					
	Obecno i czynne uczestnictwo we wszystkich wyczeniach (20 % oceny końcowej) Prezentacja Power Point (80 % oceny końcowej). Ocenie podlega: forma przygotowania i prezentacji treningu w formie prezentacji Power Point.					
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej	
	2	trening motoryczny w ontogenezie		Arytmetyczna		
	2	trening motoryczny w ontogenezie [wykład]	zaliczenie z ocen			
	2	trening motoryczny w ontogenezie [wyczenia]	zaliczenie z ocen			
Literatura podstawowa	Jan Chmura (2014): Rozgrzewka. Podstawy fizjologiczne i zastosowanie praktyczne., Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa					
	Raczek J. (2010): Antropomotoryka Teoria motoryczności człowieka w zarysie, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa					
	Zajęcia A. (red.) (2013): Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych, AWF Katowice, Katowice					
Literatura uzupełniająca	www.rozgrzewajsie.pl					
NAKŁAD PRACY STUDENTA						
			Liczba godzin			
			W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne			10		0	
Udział w egzaminie/zaliczeniu			5		0	
Przygotowanie się do zajęci			5		0	
Studiowanie literatury			5		0	
Udział w konsultacjach			8		0	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.			9		0	
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia			8		0	
Łączny nakład pracy studenta w godz.			50			
Liczba punktów ECTS			2			

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiPwTM							
Nazwa przedmiotu: trening wyobraźniowy i koncentracji (SPECJALNOŚCI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNOŚCIOWE)					Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3451_17S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa							
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalność: diagnoza i planowanie w treningu motorycznym			
Status przedmiotu: obowiązkowy			Język przedmiotu: semestr: 3 - język polski				
Rok	Semestr	Forma zajęć	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS	
				w tym e-learning			
2	3	wiczenia	15	0	ZO	3	
Razem			15			3	
Koordynator przedmiotu:		mgr SZYMON KUCHARSKI					
Prowadzący zajęcia:		mgr Maja Marciniak [vacat]					
Cele przedmiotu:		Celem kształcenia jest zapoznanie studentów z konstruowaniem treningów wyobraźniowych i metod pozwalających podnosić poziom wyobraźni. Studenci eksperymentują i projektują treningi do wiadomości na sobie odczuwanych wytworzonych podczas warsztatów.					
Wymagania wstępne:		Brak wymagań wstępnych.					
EFEKTY UCZENIA SI							
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu			Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Zna zasady konstrukcji treningów wyobraźniowych.			K_W01	
	2	EP2	Zna i rozumie zasady treningów koncentracyjnych.			K_W01 K_W10	
umiejętności	1	EP3	Posiada umiejętność konstrukcji wybranych treningów i przeprowadzenia oddziaływań.			K_U02 K_U09	
kompetencje społeczne	1	EP4	Szanuje przekonania i respektuje zasady etyki zawodowej.			K_K02	
TRENINGI PROGRAMOWE ZAJĘCIA I KONSULTACJE					Semestr	Liczba godzin zajęć	
						w tym e-learning	
Przedmiot: trening wyobraźniowy i koncentracji							
Forma zajęć : wiczenia							
1. Podstawy medytacji.					3	5	0
2. Wpływ medytacji na zdrowie.					3	5	0
3. Tworzenie racjonalnych wyobrażeń . Ocena skuteczności terapii.					3	5	0
Metody kształcenia		wiczenia interaktywne.					
Metody weryfikacji efektów uczenia się						Nr efektu uczenia się z sylabusu	
		KOŁOKWIUM				EP1,EP3,EP4	
		PRACA PISEMNA/ ESEJ/ RECENZJA				EP1,EP2,EP3,EP4	
		Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami w tym dla studentów niepełnosprawnych na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego					

Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest czynny udział w wiczeniach i 80% obecności na wiczeniach oraz przygotowanie poprawnego konspektu.				
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu				
	Ocena z przedmiotu stanowi przygotowanie konspektu				
Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	3	trening wyobraźniowy i koncentracji		Ważona	
	3	trening wyobraźniowy i koncentracji [wiczenia]	zaliczenie z ocen		1,00
Literatura podstawowa	Behnke Maciej , Chlebosz Karolina (2017): Trening mentalny. Psychologia sportu w praktyce , Inne Spacer				
	dr. Ulrich Ott (2018): Medytacja dla sceptyków, Studio Astropsychologii, Białystok				
Literatura uzupełniająca					
NAKŁAD PRACY STUDENTA					
		Liczba godzin			
		W tym e-learning			
Zajęcia dydaktyczne	15		0		
Udział w egzaminie/zaliczeniu	5		0		
Przygotowanie się do zajęć	8		0		
Studiowanie literatury	15		0		
Udział w konsultacjach	9		0		
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	18		0		
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	5		0		
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75				
Liczba punktów ECTS	3				

S Y L A B U S (KARTA PRZEDMIOTU)

Nazwa programu studiów: USKFZ-DS-O-II-S-22/23Z-DiP S						
Nazwa przedmiotu: ywienie i suplementacja w wybranych jednostkach chorobowych (SPECJALNO CI / SPECJALIZACJE / MODUŁY SPECJALNO CIOWE)				Kod przedmiotu: KFZ113AIIJ3362_1S		
Nazwa kierunku: diagnostyka sportowa						
Forma studiów: II stopnia, stacjonarne		Profil studiów: ogólnoakademicki		Specjalno : diagnoza i planowanie ywienia sportowca		
Status przedmiotu: obowi zkowy			J zyk przedmiotu: semestr: 4 - j zyk polski			
Rok	Semestr	Forma zaj	Liczba godzin		Forma zaliczenia	ECTS
				w tym e-learning		
2	4	wiczenia	20	0	ZO	3
		wykład	10	0	ZO	
Razem			30			3
Koordynator przedmiotu:		dr MACIEJ BURYTA				
Prowadz cy zaj cia:		dr MACIEJ BURYTA				
Cele przedmiotu:		Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z przyczynami wyst powania okre lonych jednostek chorobowych. Nabycie przez studenta umiej tno ci zastosowania racjonalnego ywienia i suplementacji w wybranych jednostkach chorobowych. Rozwijanie u studentów postawy gotowo ci do podj cia działa w celu minimalizowania ryzyka wyst powania wybranych chorób.				
Wymagania wst pne:		Podstawowa wiedza na temat diety i suplementacji				
EFEKTY UCZENIA SI						
Kategoria	Lp	KOD	Opis efektu		Odniesienie do efektów dla programu	
wiedza	1	EP1	Rozumie istot procesów fizjologicznych człowieka a tak e statystyk zachorowa i zgonów zwi zanych z wybranymi jednostkami chorobowymi, genez powstania tych chorób i sposoby zapobiegania		K_W15 K_W18	
umiej tno ci	1	EP2	Potrafi wykaza zwi zek mi dzy diet , sposobem ywienia i od ywiania si a wybranymi jednostkami chorobowymi.		K_U14	
	2	EP3	Potrafi wskaza bł dy i zaniedbania w ywieniu, wykazuje si umiej tno ci samodzielnego wyszukiwania niezb dnych danych w dost pnych ró dach informacyjnych.		K_U07 K_U08 K_U14	
kompetencje społeczne	1	EP4	Ma wiadomo stosowania wiedzy na temat zapobiegania wybranych jednostek chorobowych.		K_K02	
TRE CI PROGRAMOWE ZAJ I KONSULTACJI				Semestr	Liczba godzin zaj	
					w tym e-learning	
Przedmiot: ywienie i suplementacja w wybranych jednostkach chorobowych						
Forma zaj : wykład						
1. Omówienie statystyki zgonów i umieralno ci z powodu wybranych chorób			4	2	0	
2. Przyczyny wyst powania wybranych jednostek chorobowych			4	4	0	
3. Diagnostyka wybranych jednostek chorobowych			4	4	0	
Forma zaj : wiczenia						
1. OFTT - doustny test tolerancji tłuszczów			4	2	0	

2. Wskaźniki aterogenności	4	2	0
3. Pozytywne i negatywne skutki skutki lekoterapii 2 h	4	2	0
4. Fakty i mity na temat cholesterolu	4	3	0
5. Prewencja pierwotna wybranych chorób	4	6	0
6. Prewencja wtórna wybranych chorób 2 h	4	2	0
7. Zalecane żywienie i suplementacja w wybranych jednostkach chorobowych.	4	3	0

Metody kształcenia	wykłady, prezentacje multimedialne, dyskusja		
Metody weryfikacji efektów uczenia się			Nr efektu uczenia się z sylabusu
	KOLOKWIUM		EP1,EP2,EP3
	PREZENTACJA		EP1,EP2,EP3,EP4
	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE (WERYFIKACJA POPRZEZ OBSERWACJĘ)		EP1,EP2,EP3,EP4
Metody i formy weryfikacji efektów uczenia się mogą zostać zmienione dla studentów ze szczególnymi potrzebami na warunkach i zasadach określonych w Regulaminie Studiów Uniwersytetu Szczecińskiego.			

Forma i warunki zaliczenia	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest: 1. Obecność i aktywne uczestnictwo w zajęciach 2. Pozytywna ocena z prezentacji 3. Pozytywna ocena z kolokwium		
	Zasady wyliczania oceny z przedmiotu		
Ocenę końcową stanowi: 1. Prezentacja i kolokwium z ćwiczeń - 50% oceny końcowej 2. Kolokwium z wykładów - 50% oceny końcowej			

Metoda obliczania oceny końcowej	Sem.	Przedmiot	Rodzaj zaliczenia	Metoda obl. oceny	Waga do redniej
	4	żywienie i suplementacja w wybranych jednostkach chorobowych		Ważona	
	4	żywienie i suplementacja w wybranych jednostkach chorobowych [ćwiczenia]	zaliczenie z ocen		0,50
	4	żywienie i suplementacja w wybranych jednostkach chorobowych [wykład]	zaliczenie z ocen		0,50

Literatura podstawowa	H. Ciborowa, A. Rudnicka (2014): Dietetyka, żywienie zdrowego i chorego człowieka, PZWL, Warszawa
	Paprocka-Borowicz M. i in. (2016): 5 minut dla serca, SBP, cop., Warszawa
	Waller S. (2018): Dr Heart dbaj o swoje serce: jak zapobiegać zawałowi serca oraz lepiej i bardziej wiadomo, Edra Urban&Partner, copyright, Wrocław

Literatura uzupełniająca	
--------------------------	--

NAKŁAD PRACY STUDENTA

	Liczba godzin	
		W tym e-learning
Zajęcia dydaktyczne	30	0
Udział w egzaminie/zaliczeniu	3	0
Przygotowanie się do zajęć	8	0
Studiowanie literatury	7	0
Udział w konsultacjach	14	0
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	6	0
Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia	7	0
Ł. CZYNY nakład pracy studenta w godz.	75	
Liczba punktów ECTS	3	