

Kierunek: Wychowanie fizyczne

Zagadnienia dotyczące osiągnięcia efektów kierunkowych

1. Znaczenie aktywności fizycznej w perspektywie pożądanych zachowań zdrowotnych i profilaktycznych.
2. Zagrożenia wynikające z współczesnego stylu życia i prewencyjne działania nakierowane na aktywność fizyczną.
3. Rola aktywności fizycznej w ontogenezie człowieka (od narodzin do późnej starości).
4. Metody i narzędzia kontroli obciążeń oraz ich zastosowanie w treningu sportowym i zdrowotnym.
5. Trening zdrowotny i sportowy - różnice i uwarunkowania.
6. Metody, formy i środki kształtowania zdolności motorycznych.
7. Metody, formy i środki oraz zasady dydaktyczne stosowane w nauczaniu czynności ruchowych.
8. Bezpieczeństwo i etapy organizacji imprez sportowo-rekreacyjnych w szkole.
9. Bezpieczeństwo i organizacja wypoczynku oraz zajęć letnich w środowisku wodnym.
10. Bezpieczeństwo podczas organizacji imprez i zajęć z zakresu sportów zimowych.
11. Diagnoza rozwoju biologicznego, sprawności fizycznej i aktywności fizycznej dzieci i młodzieży.
12. Ocena postawy ciała, dobór odpowiednich ćwiczeń korekcyjnych i wyrównawczych w zależności od potrzeb dziecka.
13. Zastosowanie różnorodnych form i metod aktywności fizycznej dla określonych grup wiekowych.
14. Przeciwdziałanie urazom i wypadkom w czasie szkolnych zajęć wychowania fizycznego. Udzielanie pierwszej pomocy w nagłych wypadkach.
15. Cechy osobowościowe i rola nauczyciela wychowania fizycznego oraz animatora aktywności fizycznej w środowisku lokalnym.
16. Cele aktywności fizycznej dzieci, dorosłych oraz seniorów, a także osób o ograniczonej sprawności i z niepełnosprawnościami.
17. Wartości wychowawcze i społeczne sportu.
18. Rola instytucji publicznych związanych z kulturą fizyczną w kształtowaniu pozytywnych postaw nakierowanych na aktywność fizyczną.
19. Wysiłki aerobowe i anaerobowe oraz ich znaczenie w treningu sportowym.
20. Specyfika aktywności fizycznej seniorów - podstawowe zasady oraz bezpieczeństwo podczas zajęć.
21. Zmiany zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem wysiłku fizycznego oraz ograniczenia aktywności fizycznej.
22. Rola nauczyciela wychowania fizycznego, instruktora, trenera w propagowaniu zdrowego stylu życia.
23. Zadania szkolnego wychowania fizycznego.
24. Rola nauczyciela wychowania fizycznego w kształtowaniu postaw społecznych na zajęciach sportowych.
25. Współpraca z instytucjami publicznymi w zakresie promocji aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.