ZARZĄDZENIE Nr 199/2025
Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego
z dnia 14 października 2025 r.

zmieniające zarządzenie Nr 190/2023 Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego z dnia 3 sierpnia 2023 r. w sprawie wprowadzenia Regulaminu organizacji zajęć i zaliczeń wychowania fizycznego w Uniwersytecie Wrocławskim

Na podstawie art. 23 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2024 r. poz. 1571, z późn. zm.), zarządza się, co następuje:

§ 1. W Regulaminie organizacji zajęć i zaliczeń wychowania fizycznego w Uniwersytecie Wrocławskim, stanowiącym Załącznik do zarządzenia Nr 190/2023 Rektora Uniwersytetu Wrocławskiego z dnia 3 sierpnia 2023 r. (z późn. zm.) w sprawie wprowadzenia Regulaminu organizacji zajęć i zaliczeń wychowania fizycznego w Uniwersytecie Wrocławskim wprowadza się następujące zmiany:

1) po § 2 dodaje się § 2a w brzmieniu:

„§ 2a. Opis przedmiotu „wychowanie fizyczne" realizowany w formach, o których mowa w § 2 pkt 1-6, określony jest w karcie przedmiotu (sylabusie) stanowiącym Załącznik Nr 4 do Regulaminu.";

2) w § 10 ust. 10 otrzymuje brzmienie:

„10. Zasady zaliczania zajęć edukacji sportowo-zdrowotnej, o których mowa w § 2 pkt 8 określone są w ust. 11 oraz karcie przedmiotu studiów (sylabusie) stanowiącej Załącznik Nr 2 do niniejszego Regulaminu. Karta przedmiotu zajęcia edukacji sportowo-zdrowotnej sporządzona w języku angielskim stanowi Załącznik Nr 3 do niniejszego Regulaminu.";

3) dodaje się do Regulaminu:

a) Załącznik Nr 3 w brzmieniu Załącznika Nr 1 do niniejszego zarządzenia,

b) Załącznik Nr 4 w brzmieniu Załączniku Nr 2 do niniejszego zarządzenia.

§ 2. Nadzór nad wykonaniem niniejszego zarządzenia powierza się Prorektorowi ds. nauczania.

§ 3. Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania, z mocą od dnia 1 października 2025 r.

prof. dr hab. Robert Olkiewicz
R E K T O R

Załącznik Nr 1
do zarządzenia Nr 199/2025
z dnia 14 października 2025 r.

Załącznik Nr 3
do Regulaminu

SUBJECT/COURSE SYLLABUS

1.	Course name in Polish and English **Wychowanie fizyczne: Człowiek, zdrowie i historia sportu** **Physical education: Man, health and history of sport**
2.	Scientific discipline
3.	Language of instruction: **English**
4.	Unit conducting the course: **general university course**
5.	Type of course *(compulsory, elective):* **compulsory; general university course**
6.	Field of study (specialty)* **all fields**
7.	Level of study *(first-cycle*, second-cycle*, long-cycle studies*)*: **first-cycle, long-cycle studies**
8.	Year of study **depending on the study program**
9.	Semester *(winter or summer)* **depending on the field of study**
10.	Course form and number of hours **online lecture, 60 hours – 3 modules of 20 hours each**
11.	Prerequisites in terms of knowledge, skills and social competences for the course **none**
12.	Learning objectives for the course **Module one: Man** Providing up-to-date knowledge on selected topics related to human motor skills, the effects of physical activity on the function of individual organs and systems, and the factors that determine physical fitness. Analysing physical exertion, taking into account gender and age under different environmental conditions. Discussing the effects of physical inactivity on the human body. Promoting health awareness and health-promoting behaviours among young people. **Module two: Health** The aim of this course is to promote a positive understanding of health by emphasizing the importance of social and personal resources, as well as external conditions related to social and ecological factors. It seeks to foster motivation and shape attitudes that support a culture of health, which encompasses complete mental and physical well-being. This includes enhancing both individual and collective abilities to identify and achieve aspirations, meet needs, and adapt to or manage the environment. Additionally, the course aims to stimulate the development of skills that promote health. **Module three: History of sport** Transfer of knowledge on selected issues related to the history of sport from its inception in antiquity to the present day in the context of the historical development of European societies. Historical analysis of the entire spectrum of cultural, especially political, conditions. Familiarising students with the basic terminology, definitions and methodology of the subject. Promoting and deepening young people's awareness of sport.

13.	Curriculum content **Module one: Man** • Fundamentals of the functional anatomy and the development of skeletal and joint, and muscular systems in the context of human motor abilities. • Fundamentals of the anatomy and physiology, and the development of nervous, circulatory, and respiratory systems in the context of human motor abilities. • Human body posture and its defects; the importance of physical activity in posturogenesis. • The influence of somatotype on performance in various sports disciplines. • Metabolism and energy balance. • The importance of physical activity at different stages of ontogenesis. • The influence of physical activity on biological fitness and the course of human ageing. • The impact of selected factors on strength, speed, agility, endurance, and overall physical performance. **Module two: Health** • Health in the face of the challenges of contemporary technology and general social problems: a humanistic interpretation of sport (dignity, freedom, ecology) vs. formalism, interpretivism, conventionalism. • Health as a biological and behavioral immunity. • Cognitive safety. • The role of physical activity in the processes of strengthening health at different stages of life. • The World Health Organization's strategy for implementing a well-being approach to public health. **Module three: History of sport** • The development of physical culture and sport in antiquity • The diversity of sporting activities throughout history • The emergence of modern sport and the conditions for the development of individual disciplines • The Olympic movement • The political instrumentalisation of sport • Sport and globalization • Mediatisation of sport • Pathologies of modern sport (commercialisation, doping) • The phenomenon of football	
14.	Description of learning outcomes	Symbols for relevant directional learning outcomes, *e.g.: K_W01*, K_U05, K_K03*
15.	Mandatory and recommended literature *(sources, studies, textbooks, etc.)* **Module one:** • Atkinson, M.E. (2013). Anatomy for dental students, Oxford: Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oso/9780199234462.001.0001 • Romita, A., Wanich-Romita, N. (2023). Functional Awareness: Anatomy in Action for Daners. Oxford: Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oso/9780197586815.001.0001 • Farooqui, T., Farooqui, A. A. (2015). Diet and Exercise in Cognitive function and Neurological Diseases. London: Wiley Blackwell. https://doi.org/10.1002/9781118840634.ch19 • Winter, D.A. (2009). Biomechanics and Motor Control of Human Movement. London: John Wiley & Sons, Inc. https://doi.org/10.1002%2F9780470549148 • Selected articles in journals on sports and exercise science/medicine.	

	Module two: • Aggerholm, K. (2025). Sport humanism: contours of a humanist theory of sport, Journal of the Philosophy of Sport, 52:1, 1-24. https://doi.org/10.1080/00948705.2024.2388775 • Saad, J.M., Prochaska, J.O. (2021). An adaptive behavioral immune system: a model of population health behavior, Humanities and Social Sciences Communications 8, 92. https://doi.org/10.1057/s41599-021-00759-0 • Roszak, P., Reczkowski, R., Wroblewski, P. (2024). Religion and Cognitive Safety: Pastoral and Psychological Implications, Pastoral Psychology 73, 367–377. https://doi.org/10.1007/s11089-024-01124-z • Roychowdhury, D. (2020). Using Physical Activity to Enhance Health Outcomes Across the Life Span, Journal of Functional Morphology and Kinesiology, 5(1), 2. https://doi.org/10.3390/jfmk5010002 • World Health Organization (2025). Implementing the global framework on well-being at country level: policy pathways. https://www.who.int/publications/i/item/9789240112773 **Module three:** • Vonnard, P., Sbetti, N., Quin, G. (2018). Beyond boycotts: sport during the Cold War in Europe. Berlin, Boston: De Gruyter. • Coubertin, P. de (2000). Olympism: selected writings. Lausanne: International Olympic Committee. • Large, D.C. (2007). Nazi games: the Olympics of 1936. New York, London: W Norton & Company. • Walvin, J. (1994). The people's game: the history of football revisited. Edinburgh, London: Mainstream. • McGillivray, D. (2013). Digital cultures, acceleration and mega sporting event narratives. *Leisure Studies*, *33*(1), 96–109. https://doi.org/10.1080/02614367.2013.841747	
16.	Methods of verification of the assumed learning outcomes:	
17.	Conditions and form of credit for individual components of the course: Attendance at lectures; Final tests after the first and third modules (10 questions each); After the second module, completion of two theoretical tasks within the deadline set by the lecturer. In order to receive a positive grade, students must pass all three modules (obtaining at least 50% of the points in each module).	
	Student workload expressed in teaching hours and ECTS credits	
	classes (according to the study plan) with the instructor: - lecture*: - exercises*: - laboratory*: - others:	
	student's own work (including participation in group work) e.g.: - preparation for classes: - reading the literature indicated: - preparation of papers/presentations/projects: - writing a class report: - preparation for tests and exams:	
	Total number of class hours	**60**
	Number of ECTS credits *(if required)*	Not applicable

Załącznik Nr 2
do zarządzenia Nr 199/2025
z dnia 14 października 2025 r.

Załącznik Nr 4
do Regulaminu

SYLABUS PRZEDMIOTU

1.	Nazwa przedmiotu/modułu w języku polskim oraz angielskim **Wychowanie fizyczne/Physical education**
2.	Dyscyplina
3.	Język wykładowy: **polski**
4.	Jednostka prowadząca przedmiot: **przedmiot ogólnouniwersytecki**
5.	Kod przedmiotu/modułu: **8545**
6.	Rodzaj przedmiotu/modułu: **obowiązkowy**
7.	Kierunek studiów: **wszystkie kierunki**
8.	Poziom studiów: **I stopień i jednolite studia magisterskie**
9.	Rok studiów: **w zależności od programu studiów**
10.	Semestr: **w zależności od kierunku studiów i wyboru studenta**
11.	Forma zajęć i liczba godzin: **zajęcia praktyczne w formie ćwiczeń, 30 godz.**
12.	Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu/modułu: **brak**
13.	Cele kształcenia dla przedmiotu Doskonalenie umiejętności ruchowych sprzyjających zdrowemu stylowi życia oraz pogłębienie wiedzy na temat korzyści wynikających z systematycznej aktywności fizycznej i wykorzystania różnych jej form. Kształtowanie nawyków prozdrowotnych, takich jak systematyczna i zróżnicowana aktywność fizyczna, w tym także na świeżym powietrzu. Kształtowanie kompetencji umożliwiających świadome, bezpieczne, samodzielne i efektywne wykorzystanie aktywności fizycznej w życiu codziennym. Kształtowanie kompetencji społecznych poprzez doskonalenie umiejętności współpracy i komunikacji w grupie (zespole), przestrzeganie przepisów sportowych oraz zasad fair play. Doskonalenie umiejętności planowania aktywności fizycznej z uwzględnieniem własnych potrzeb i ograniczeń wynikających z podejmowanej pracy zawodowej i obowiązków związanych ze studiowaniem.
14.	Treści programowe Zapoznanie z różnymi formami aktywności ruchowej (o charakterze indywidualnym

	oraz zespołowym) wspierającymi świadome uczestnictwo w kulturze fizycznej. Treści programowe oraz tematy realizowane podczas zajęć uzależnione są od wybranej (podczas zapisów) formy ruchu. Są one uzupełniane o dodatkowe elementy takie jak: - ćwiczenia przygotowujące do zajęć podczas rozgrzewki - ćwiczenia relaksacyjne i rozciągające - podstawowe elementy techniki w wybranej formie ruchu.	
15.	Zakładane efekty uczenia się	Symbole odpowiednich kierunkowych efektów uczenia się, *np.: K_W01*, K_U05, K_K03*
16.	Literatura obowiązkowa i zalecana: **nie dotyczy**	
17.	Metody weryfikacji zakładanych efektów uczenia się: **nie dotyczy**	
18.	Warunki i forma zaliczenia poszczególnych komponentów przedmiotu/modułu: **Obecność na zajęciach. Aktywny udział w ćwiczeniach.**	
19.	Łączna liczba godzin	**30 godz.**
20.	Liczba punktów ECTS (*jeśli jest wymagana*)	**Nie dotyczy**