

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2021/2022

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu Wychowanie fizyczne/Nauki behawioralne i społeczne

2. Nazwa kierunku Ratownictwo Medyczne

3. Poziom studiów studia pierwszego stopnia

4. Liczba punktów ECTS 0

5. Liczba godzin w semestrze

semestr	w	ćw	lab/lek	prj/zp	pws	prk
1		30				
2		30				

6. Język wykładowy polski

7. Wykładowca mgr Justyna Sadowska

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

8. Wymagania wstępne

1. brak przeciwwskazań do aktywności fizycznej.

9. Cele przedmiotu

C1 Zapoznanie studentów z podstawowymi zasadami bhp podczas zajęć ruchowych indywidualnych i grupowych.

C2 Zapoznanie studentów z różnymi formami aktywności fizycznej.

C3 Ukształtowanie postawy świadomego uczestnictwa w różnych formach aktywności sportowo-rekreacyjnej w czasie studiów oraz po zakończeniu edukacji dla zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego.

10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

Student, który zaliczył przedmiot:

WIEDZA

Zna i rozumie:

B.W40. metody promocji zdrowia, ze szczególnym uwzględnieniem edukacji zdrowotnej.

B.W42. sposoby zwiększania sprawności fizycznej.

UMIEJĘTNOŚCI

Potrafi:

B.U19. określać wzajemne relacje między człowiekiem a środowiskiem.

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

Jest gotów do:

4 organizowania pracy własnej i współpracy w zespole specjalistów, w tym z przedstawicielami innych zawodów medycznych, także w środowisku wielokulturowym i wielonarodowościowym.

5 dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych.

11. Treści programowe

Forma zajęć –ćwiczenia

Zajęcia z wychowania fizycznego obejmują różne formy aktywności fizycznej z uwzględnieniem metodyki poszczególnych dyscyplin sportu. Program zajęć obejmuje:

1) atletykę terenową – marszobieg, marsz z kijami Nordic Walking

- 2) gry zespołowe – siatkówkę, koszykówkę, piłkę nożną, piłkę ręczną
- 3) fitness, ćwiczenia siłowe – ćwiczenia wzmacniające mięśnie i kształtujące prawidłową postawę
- 4) gry i zabawy rekreacyjne
- 5) tenis stołowy

12. Narzędzia/metody dydaktyczne

1. Pokaz i objaśnienie.
2. Przygotowanie i przeprowadzenie wcześniej wskazanych fragmentów zajęć.
3. Obecność na zajęciach.
4. Metoda naśladowcza ścisła, zadaniowa, programowego uczenia się, bezpośredniej celowości ruchu.

13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)

Przygotowanie i przeprowadzenie wcześniej wskazanych fragmentów zajęć.

Aktywność i obecność na zajęciach

14. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	60
2. Nakład pracy studenta	0
suma	60
liczba punktów ECTS	0

15. Literatura

Literatura podstawowa:

1. Sieniek Cz. Terenowe gry i zabawy o charakterze ogólnorozwojowym. Kształtowanie sprawności psychomotorycznej. Helvetika
2. Trześniowski R. Gry i zabawy ruchowe: podręcznik przeznaczony dla nauczycieli, wychowawców i instruktorów. Warszawa Sport i turystyka 1989.
3. Barański T. Technika i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych. Warszawa 1985.

Literatura uzupełniająca:

1. Broich J. zabawy na świeżym powietrzu. Kielce Jedność, 2001.
2. Marciniak J. zbiór ćwiczeń korekcyjnych i gibkościowych. Warszawa 1998.

16. Formy oceny – szczegóły

Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: przedmiot kończy się zaliczeniem z oceną w semestrze I i II. Składowymi oceny są: aktywność i zaangażowanie podczas zajęć, ocena z prowadzonej części zajęć. Obecność na wszystkich zajęciach jest dodatkowym atutem podczas wystawienia oceny końcowej na semestr.

17. Inne przydatne informacje o przedmiocie

1. Szczegółowych informacji o tematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2. Zajęcia odbywają się w Państwowej Szkole Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem