

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2019/2020							
INFORMACJE OGÓLNE							
1. Nazwa przedmiotu kształcenia Wychowanie zdrowotne i promocja zdrowia							
2. Nazwa jednostki Wydział Nauk o Zdrowiu, Zakład Turystyki i Rekreacji							
3. Grupa treści kształcenia -							
4. Typ przedmiotu Do wyboru							
5. Poziom studiów studia pierwszego stopnia							
6. Liczba punktów ECTS 2							
7. Poziom przedmiotu podstawowy							
8. Rok studiów, semestr III rok, semestr V - zimowy							
9. Liczba godzin w semestrze							
Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.	
15	15						
10. Język wykładowy: polski							
11. Wykładowca (wykładowcy) Ewelina Niżnikowska - dr							
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE							
12. Wymagania wstępne							
1) Znajomość podstawowych kategorii pojęciowych z zakresu fizjologii człowieka.							
13. Cele przedmiotu							
C1 Wprowadzenie w problematykę zdrowia jako wartości.							
C2 Wskazanie na złożoność uwarunkowań zdrowia (styl życia, biosfera, środowisko społeczne, służba zdrowia, warunki życia, czynnik genetyczny).							
C3 Kształtowanie postaw prozdrowotnych wobec zdrowia fizycznego, psychicznego, społecznego i duchowego.							
C4 Wskazania na działania w zakresie promocji zdrowia.							
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych							
Student, który zaliczył przedmiot:						odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się	
WIEDZA							
EU01 Posiada złożoną znajomość budowy i funkcji organizmu człowieka						K_W06	
EU02 Zna w zaawansowanym stopniu pojęcia i mechanizmy psychospołeczne związane ze zdrowiem i jego ochroną, z uwzględnieniem rozmaitych form wypoczynku, zaleceń żywieniowych i funkcjonowania w środowisku przyrodniczym						K_W07	
UMIEJĘTNOŚCI							
EU03 Potrafi identyfikować indywidualne potrzeby człowieka w zakresie turystyki i rekreacji w wielu jej aspektach: zdrowotnych, przyrodniczych, ekonomicznych, kulturowych oraz zjawiska społeczne z nim związane						K_U01	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE							

EU04 Wykazuje aktywność w samodzielnym podejmowaniu zadań, szczególnie w sytuacji potrzeb wynikających ze zmieniających się warunków realizacji imprez turystycznych czy zajęć rekreacyjnych		K_K04
15. Treści programowe		
Forma zajęć - wykłady		
1. Pojęcie zdrowia, definicje 2. Modele zdrowia 3. Mierniki oceny zdrowia 4. Wielowymiarowość zdrowia 5. Czynniki złożoności zdrowia 6. Zdrowy styl życia (czynniki) 7. Terapia, profilaktyka, promocja zdrowia 8. Narodowy Program Zdrowia - założenia i cele 9. Aktywność fizyczna, zdrowe żywienie, stres, właściwe nawyki, seksualność 10. Czynniki środowiska przyrodniczego, społecznego – szkoła, rodzina, grupy rówieśnicze 11. Promowanie zdrowia w szkole, rodzinie i różnych środowiskach		
Forma zajęć - ćwiczenia		
1. Zajęcia organizacyjne, podanie wymogów zaliczeniowych przedmiotu, tematyki zajęć i literatury, przedstawienie charakteru przedmiotu 2. Czynniki warunkujące zdrowie i dbałość 3. Wielowymiarowość zdrowia 4. Zdrowie psychospołeczne – wybrane zagadnienia 5. Zapobieganie używaniu substancji psychoaktywnych 6. Zdrowe żywienie i aktywność fizyczna 7. Promocja osób starszych i niepełnosprawnych 8. Rodzaje i funkcje rodziny. Planowanie rodziny 9. Emocje i stres 10. Asertywność, poczucie własnej wartości, umiejętność porozumiewania się, tolerancja, empatia 11. Choroby cywilizacyjne 12. Podsumowanie zdobytych wiadomości		
16. Narzędzia/metody dydaktyczne		
1. Prezentacje multimedialne 2. Czytanie literatury przedmiotu		
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)		
F1. Obecność na zajęciach, ocenianie ciągle		
P1. Zaliczenie pisemne		
18. Obciążenia pracą studenta		
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności	
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	30	
Nakład pracy studenta	20	
SUMA	50	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	2	
DLA PRZEDMIOTU		
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca		
Literatura podstawowa:		
1. Chruściel P., Ciechniewicz W. (2019) Edukacja zdrowotna z elementami teorii wychowania. Przewodnik dydaktyczny. Wydawnictwo PZWL, Warszawa 2. Borzucka-Sitkiewicz K. (2019) Promocja zdrowia i edukacja zdrowotna. Wydawnictwo Impuls, Kraków 3. Woynarowska B. (2017) Edukacja zdrowotna. Podstawy teoretyczne, metodyka, praktyka. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa		
Literatura uzupełniająca:		
1. Białek E. (2012) Edukacja zdrowotna w praktyce. Wydawnictwo Instytut Psychosyntezy Warszawa		

20. Formy oceny – szczegóły

Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się egzaminem.

Procentowy podział ocenianych efektów w kategoriach wiedza, umiejętności, kompetencje:

W – 60%, U – 30%, K – 10%

Egzamin pisemny z treści wykładów:

- Czas trwania 45 minut

- 4 pytania problemowe/opisowe.

Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 60% max. liczby punktów.

Punktacja – każde pytanie oceniane jest w skali od 0 do 2 pkt. Maksymalnie można uzyskać 8 pkt., minimalnie 5 pkt.

- 0 – 4,9 pkt. niedostateczny (2,0)
- 5,0 – 5,6 dostateczny (3,0)
- 5,7 – 6,3 dostateczny plus (3,5)
- 6,4 – 7,0 dobry (4,0)
- 7,1 – 7,5 dobry plus (4,5)
- 7,6 – 8,0 bardzo dobry (5,0)

Warunkiem zaliczenia ćwiczeń jest - uzyskanie pozytywnych ocen z dwóch kolokwii (forma pisemna - 4 pytania otwarte – opisowe. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest uzyskanie 60% max. liczby punktów.

Ocenę końcową z ćwiczeń stanowi średnia arytmetyczna wszystkich uzyskanych ocen oraz obserwacja zaangażowania i pracy studenta w ciągu całego semestru.

21. Inne przydatne informacje o przedmiocie

1. Bezpośrednich informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2. Zajęcia odbywać się będą w PSW w Białej Podlaskiej
3. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć
4. Konsultacje odbywać się będą zgodnie z obowiązującym terminarzem

* L – laboratorium (w przypadku zajęć z języka obcego oznacza lektorat)

** – Zajęcia prowadzone z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego lub innej osoby prowadzącej zajęcia **oraz konsultacje**