

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/2021

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu kształcenia

WYCHOWANIE FIZYCZNE

2. Nazwa kierunku

Mechanika i Budowa Maszyn

3. Grupa treści kształcenia

-

4. Typ przedmiotu

Obowiązkowy

5. Poziom studiów

Studia pierwszego stopnia

6. Liczba punktów ECTS

0

7. Poziom przedmiotu

Podstawowy

8. Rok studiów, semestr

I rok, semestr I – zimowy

I rok semestr II- letni

9. Liczba godzin w semestrze

Wyk.

Ćw.

L*

Prj.

Pbn.

Zp.

Pr.

Semestr I

30

Semestr II

30

10. Język wykładowy:

Polski

11. Wykładowca (wykładowcy):

Waldemar Chwedoruk, mgr

INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

12. Wymagania wstępne

1) Brak przeciwwskazań do aktywności fizycznej.

13. 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.

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

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

UMIEJĘTNOŚCI

EU01 potrafi zastosować zasady bezpieczeństwa

K_U01

EU02 Potrafi bezpiecznie zorganizować zajęcia sport.-rekreacyjne dla siebie i innych

K_U04

K_U05

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

EU03 – potrafi współpracować w grupie, przyjmując w niej różne role - rozumie potrzebę ciągłego doskonalenia się i dbania o zdrowie własne i innych.	K_K03
15. 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	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Pokaz i objaśnienie	
2. Metoda naśladowcza ścisła, zadaniowa, programowego uczenia się, bezpośredniej celowości ruchu	
3. Prezentacja, filmy instruktażowe - Internet (z ewentualnym wykorzystaniem platformy „Teams”)	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Obecność i aktywność na zajęciach.	
F2. Zaliczenie prac pisemnych (prezentacji) tematycznych w przypadku zajęć w formie on-line	
P1. Zaliczenie z oceną	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem*	60
Nakład pracy studenta	2
SUMA	62
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	
DLA PRZEDMIOTU	0
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1) Turystyka i sport dla wszystkich w promocji zdrowego stylu życia / red. Władysław Włodzimierz Gaworecki, Zbigniew Mroczyński. Gdańsk : Wyższa Szkoła Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku : Fundacja Rozwoju Uniwersytetu Gdańskiego, 2008.	
2) Sport / red. Dariusz Matyja. Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2000.	
3) Wychowanie fizyczne i sport jako prawo człowieka i proces ciągłej edukacji. J. Nowocień, K. Zuchora ; Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, 2014.	
Literatura uzupełniająca:	
1) Fizjologiczne podstawy rekreacji ruchowej : (wybrane zagadnienia) / red. Andrzej Eberhardt. Warszawa 2007 r.	
2) Wprowadzenie do fizjologii i metodyki rekreacji ruchowej / red. nauk. Andrzej Eberhardt. Warszawa : AlmaMer Wyższa Szkoła Ekonomiczna, 2011	
20. Formy oceny – szczegóły	
Ocena stopnia osiągniętych przez studenta efektów uczenia się następuje wg poniższych kryteriów:	
5.0 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty bez zastrzeżeń	
4.5 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty z pojedynczymi brakami/błędami	
4.0 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty z nielicznymi brakami/błędami	
3.5 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty z wieloma brakami/błędami	
3.0 – zakładany efekt kształcenia został osiągnięty z licznymi i istotnymi brakami/błędami (minimalnie wymagany poziom osiągnięcia efektu)	
2.0 – zakładany efekt uczenia się nie został osiągnięty	
21. Inne przydatne informacje o przedmiocie	

1. Szczegółowych informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2. Zajęcia odbywają się w hali sportowej, siłowni, sali fitness i terenach zielonych przy Uczelni. W przypadku zajęć on-line w warunkach domowych – platforma Teams – pod nadzorem kamerki.
3. Zajęcia odbywają się zgodnie z planem zajęć – strona internetowa uczelni – „Plany zajęć”
4. Terminy konsultacji zamieszczone są na stronie internetowej uczelni (Studium Wych. Fiz.) oraz w gablocie SWFiS w budynku Hali Sportowej

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