

KARTA PRZEDMIOTU NA ROK AKADEMICKI 2021/2022**INFORMACJE OGÓLNE****1. Nazwa przedmiotu** Wychowanie fizyczne**2. Nazwa kierunku** Finanse i Rachunkowość**3. Poziom studiów** pierwszego stopnia**4. Liczba punktów ECTS** 0**5. Liczba godzin w semestrze**

semestr	w	ćw	lab/lek	prj/zp	pws	prk
I	-	30	-	-	-	-
II	-	30	-	-	-	-

6. Język wykładowy polski**7. Wykładowca** Marcin Ślósarski, mgr**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:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

WIEDZA

EU01 Zna i rozumie normy i zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych, zna i rozumie terminologię z zakresu realizowanego materiału z wychowania fizycznego.

EU02 Zna i rozumie metody i narzędzia pozyskiwania danych i informacji oraz narzędzi informatycznych.

K_W07

UMIEJĘTNOŚCI

EU03 Potrafi zastosować poznane techniki wykonywania ćwiczeń oraz właściwie używać przyborów i przyrządów sportowych podczas realizacji zadań ruchowych.

K_U23,K_U27

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

EU04 Jest gotów współpracować w grupie, przyjmując w niej różne role.

K_K01,K_K02,

EU05	Rozumie potrzebę ciągłego dokształcania się i dbania o zdrowie własne i innych	K_K06
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. Metoda naśladowcza ściśła, zadaniowa, programowego uczenia się, bezpośredniej celowości ruchu.		
3. Komputer, Internet.		
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)		
1. Aktywny udział w zajęciach.		
2. Przygotowanie i przeprowadzenie wcześniej wskazanych fragmentów zajęć.		
3. Obecność na zajęciach.		
4. Przygotowywanie prac pisemnych i prezentacji.		
14. Obciążenie pracą studenta		
Forma aktywności		liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje		60
2. Nakład pracy studenta		5
suma		65
liczba punktów ECTS		0
15. Literatura		
Literatura podstawowa:		
1. Gry rekreacyjne : sport dla wszystkich / Tadeusz Fąk, Anita Kaik-Woźniak, Dorota Maria Opoka. Warszawa : Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej, 2000.		
2. Turystyka i sport dla wszystkich w promocji zdrowego stylu życia / red. Władysław Włodzimierz Gaworecki, Zbigniew Mroczynski. Gdańsk : Wyższa Szkoła Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku : Fundacja Rozwoju Uniwersytetu Gdańskiego, 2008.		
Literatura uzupełniająca:		
1. Rekreacja ruchowa w edukacji i promocji zdrowia. T.2 / red. Zofia Kubińska, Danuta Nałęcka. Biała Podlaska : Wydawnictwo PWSZ im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, 2009.		
2. Wychowanie fizyczne i sport jako prawo człowieka i proces ciągłej edukacji = / red. nauk. Jerzy Nowocień, Krzysztof Zuchora ; AW F Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Polska Akademia Olimpijska, Fundacja "Centrum Edukacji Olimpijskiej". Warszawa : A W F Józefa Piłsudskiego, 2014.		
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. Ocena prac pisemnych i prezentacji.		
17. Inne przydatne informacje o przedmiocie		
1. Informacja, gdzie można zapoznać się z materiałami do zajęć, itp. Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji.		
2. Informacje na temat miejsca odbywania zajęć Zajęcia odbywają się w hali sportowej, siłowni, Sali fitness i terenach zielonych przy Uczelni.		
3. Informacja na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina)		

Zajęcia odbywają się zgodnie z aktualnym planem zajęć.

4. Informacja na temat konsultacji (godziny + miejsce)

Terminy konsultacji zamieszczone są na stronie internetowej uczelni oraz w gablocie SWFiS w budynku Hali Sportowej.