

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/2021						
INFORMACJE OGÓLNE						
1. Nazwa przedmiotu kształcenia Wykład monograficzny						
2. Nazwa jednostki Wydział Nauk o Zdrowiu, Zakład Turystyki i Rekreacji						
3. Grupa treści kształcenia -						
4. Typ przedmiotu obowiązkowy						
5. Poziom studiów Studia drugiego stopnia						
6. Liczba punktów ECTS 1						
7. Poziom przedmiotu podstawowy						
8. Rok studiów, semestr II rok, semestr IV – letni						
9. Liczba godzin w semestrze						
Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
15						
10. Język wykładowy: polski						
11. Wykładowca (wykładowcy) Barbara Bergier - dr hab. prof. PSW						
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE						
12. Wymagania wstępne						
1) Brak						
13. Cele przedmiotu						
C1 Wychowanie do zdrowego stylu życia						
C2 Wychowanie do edukacji permanentnej						
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych						
Student, który zaliczył przedmiot:						odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
WIEDZA						
EU01 W pogłębionym stopniu zna i wyjaśnia zjawiska społeczne, humanistyczne, ścisłe i przyrodnicze oraz nauk o kulturze fizycznej						K_W01
EU02 W pogłębionym stopniu zna i rozumie terminologię w zakresie nauk społecznych, humanistycznych, ścisłych i przyrodniczych oraz nauk o kulturze fizycznej						K_W02
EU03 Posiada szczegółową znajomość budowy i funkcji organizmu człowieka						K_W06
EU04 Rozumie i poddaje analizie procesy psychospołeczne ważne dla zdrowia i jego ochrony oraz kultury fizycznej, zna objawy i przyczyny wybranych zaburzeń i zmian chorobowych a także dysfunkcji społecznych oraz metody ich oceny						K_W07
UMIEJĘTNOŚCI						
EU05 Posiada umiejętność merytorycznego argumentowania, formułowania wniosków oraz tworzenia syntetycznych podsumowań wykorzystując poglądy własne oraz innych autorów						K_U11
EU06 Posiada umiejętność wykorzystania wychowawczych aspektów promocji zdrowia i aktywności fizycznej w profilaktyce wykluczenia i patologii społecznych						K_U12
EU07 Posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności						K_U13

fizycznej (rekreacyjnych, zdrowotnych, sportowych i artystycznych)	
EU08 Posiada zaawansowane umiejętności prowadzenia zajęć rekreacyjnych, zdrowotnych, sportowych, artystycznych zachowań ruchowych w pracy z różnymi grupami społecznymi	K_U14
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU09 Potrafi twórczo animować prace nad własnym rozwojem a także inspirować do działań na rzecz <i>edukacji permanentnej</i>	K_K06
EU010 Ma pogłębioną świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, rozumie potrzebę ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego	K_K07
EU011 Potrafi odpowiednio określić priorytety służące realizacji określonego przez siebie lub innych zadania	K_K08
15. Treści programowe	
Forma zajęć – wykłady	
- Pojęcie stylu życia – jego składowe i rodzaje - Procesy wychowania i kształcenia fizycznego oraz ich funkcje i struktura - Kształtowanie dyspozycji kierunkowych podstawowym kryterium wychowania fizycznego - Starzenie się ludności – ocena zjawiska - Wskazania do podejmowania aktywności fizycznej przez osoby starsze (gerokinezyjologia) - Aktywność fizyczna a uwarunkowania zdrowotne w okresie starzenia się - Psychologiczne aspekty i skutki aktywności fizycznej osób starszych - Skuteczne sposoby radzenia sobie ze stresem - Sztuka życia, kształtowanie relacji między jednostką a otoczeniem - Teoria „sześciu filarów” (nasze życie od wewnątrz)	
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Prezentacje, filmy	
2. Studiowanie literatury przedmiotu	
3. Dyskusja	
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Ocena prezentacji przygotowanych przez chętnych studentów	
F2. Ocena aktywności studentów	
P1. Kolokwium w formie testu	
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	15
Nakład pracy studenta – przygotowanie do kolokwium	10
SUMA	25
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1) Osiński W.(2011)Teoria wychowania fizycznego. AWF im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu	
2) Osiński W.(2013) Gerokinezyjologia. Nauka i praktyka aktywności fizycznej w wieku starszym Wydawnictwo Lekarskie, PZWL	
3) Wojnarowska B.(2007) Edukacja zdrowotna. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa	
4) Cholewa J., Kunicki M., Cholewa J., (red.) Aktywność fizyczna a sprawność funkcjonalna, Wydawnictwo Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej, Racibórz 2018	
Literatura uzupełniająca:	
1) Płotka A. (2003) Zdrowy styl życia psychicznego. Lublin	
20. Formy oceny – szczegóły	
Pisemne zaliczenie w formie testu. Czas trwania testu 20 minut, 20 pytań zamkniętych Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej jest ponad 50% wiedzy (11 punktów) Każda poprawna odpowiedź to 1 pkt. Maksymalnie można uzyskać 20 pkt.	

0 – 10 pkt. –niedostateczny (2.0)

11 – 12 - dostateczny

13 – 14 – dostateczny plus (3.5)

15 – 16 dobry (4,0)

17 – 18 dobry plus (4,5)

19 – 20 bardzo dobry (5,0)

Poza testem w ocenie końcowej zaliczenia uwzględniona zostanie dodatkowo wartość przygotowanej przez niektórych studentów prezentacji i poziom jej wygłoszenia.

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. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z aktualnym planem zajęć

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

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