

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/2021						
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						
Wykładowca (wykładowcy) (imię i nazwisko, stopień naukowy wykładowcy/wykładowców prowadzących zajęcia) Ewelina Niżnikowska - dr						
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE						
11. Wymagania wstępne						
1) Znajomość podstawowych kategorii pojęciowych z zakresu fizjologii człowieka.						
12. 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.						
13. 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
14. 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	
15. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Prezentacje multimedialne 2. Czytanie literatury przedmiotu	
16. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Obecność na zajęciach, ocenianie ciągłe	
P1. Zaliczenie pisemne	
17. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	40
Nakład pracy studenta	10
SUMA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	2
DLA PRZEDMIOTU	

18. Literatura podstawowa i uzupełniająca
Literatura podstawowa:
1. Karski J. (2009) Praktyka i teoria promocji zdrowia. Wydanie IV (dodruk). Wydawnictwo. CeDe Wu, Warszawa
2. Przybyła E. (2008) Edukacja zdrowotna. Przewodnik do studiów. AWF, Katowice
3. Woynarowska B. (2008) Edukacja zdrowotna – podręcznik akademicki. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa
Literatura uzupełniająca:
1. Kowalski M., Gaweł A. (2007) Zdrowie – wartość – edukacja. Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków
2. Kuński H. (2000) Promowanie zdrowia. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź
3. Syrek E., Borzucha – Sitkiewicz K. (2009) Edukacja zdrowotna. Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne, Warszawa
19. 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.
20. 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 ABNS 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**