

KARTA MODUŁU KSZTAŁCENIA
Rok Akademicki 2018/2019
BEZPIECZEŃSTWO NARODOWE I stopień

Informacje ogólne

1 Nazwa modułu kształcenia/przedmiotu													
WYCHOWANIE FIZYCZNE													
2 Nazwa jednostki prowadzącej moduł(Katedra, Zakład)													
Wydział Nauk Ekonomicznych i Technicznych, Katedra Ekonomii i Zarządzania Zakład Bezpieczeństwa Narodowego													
3 Kod modułu(wypełnia koordynator ECTS)				4 Grupa treści kształcenia (ogólnego, podstawowego, kierunkowego, specjalnościowego, itp.) OGÓLNY					5 Typ modułu (obowiązkowy, fakultatywny) OBOWIĄZKOWY				
6 Poziom studiów (studia I, II stopnia, studia podyplomowe) Studia I stopnia				7 Liczba punktów ECTS 0					8 Poziom przedmiotu(podstawowy, średnio- zaawansowany, zaawansowany) PODSTAWOWY				
9 Rok studiów, semestr Rok studiów I, semestr I				10 Liczba godzin w semestrze					11 Liczba godzin w tygodniu				
				wyk.	ćw.	lab.	sem.	proj.	wyk.	ćw.	lab.	sem.	proj.
studia stacjonarne				30					2				
studia niestacjonarne													
12 Język wykładowy: polski													
13 Wykładowca (wykładowcy)(imię i nazwisko, stopień naukowy oraz adres e-mailowy) mgr Waldemar Chwedoruk – w.chwedoruk@dydaktyka.pswbp.pl mgr Michał Sroka – m.sroka@dydaktyka.pswbp.pl													

Informacje szczegółowe

14 Wymagania wstępne

1. **Brak**

15 Cele przedmiotu

- C1 Przedstawienie zasad organizacji, prowadzenia oraz bezpieczeństwa zajęć ruchowych.
 - C2 Stosowanie odpowiednich pojęć i terminologii przedmiotu oraz dostarczenie studentom wiedzy i umiejętności praktycznych z zakresu wychowania fizycznego i rekreacji.
 - C3 Zapoznanie z przyborami, sprzętem i ćwiczeniami wykorzystywanymi w różnych dyscyplinach wychowania fizycznego.
 - C4 Kształtowanie zdolności organizacyjnych i przywódczych oraz pracy w zespole.
 - C5 Kształtowanie postaw dbałości o własny rozwój fizyczny oraz higienę ciała.
- Popularyzacja aktywnego spędzania czasu wolnego.

16 Efekty kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

nr	student, który zaliczył przedmiot, potrafi:	odniesienie do celów przedmiotu
WIEDZA		
EK01	Posługiwać się terminologią przedmiotu oraz zna normy i zasady bezpieczeństwa	C1, C2
UMIEJĘTNOŚCI		
EK02	Wykorzystać poznane techniki i umiejętności oraz sprzęt i przybory do realizacji zadań ruchowych	C3, C4
KOMPETENCJE		
EK03	Rozwijać zainteresowania w różnorodnych formach rekreacji ruchowej.	C3, C4
EK04	Zorganizować, poprowadzić fragmenty zajęć z zakresu aktywności fizycznej oraz być aktywnym członkiem zespołu.	C4
EK05	Promować zachowania prozdrowotne, związane z higieną i aktywnością ruchową.	C5

17 Treści programowe

forma zajęć - wykłady		liczba godzin S	liczba godzin NS	odniesienie do efektów kształcenia dla przedmiotu
forma zajęć - ćwiczenia		liczba godzin S	liczba godzin NS	odniesienie do efektów kształcenia dla przedmiotu
ĆW1	Zajęcia organizacyjne - podziały na grupy, regulaminy, zasady bezpieczeństwa, wybór proponowanych zajęć, frekwencja, zwolnienia,, formy zajęć, warunki i zasady zaliczenia.	2	-	EK01
ĆW2	Zajęcia terenowe - bezpieczeństwo organizacja zajęć - gry i zabawy plenerowe (badminton, ringo, zośka, chusta animacyjna, pedalo itp.) - nordicwalking	2		EK01, EK02, EK03,EK04, EK05
ĆW3	Siatkówka - bezpieczeństwo, organizacja zajęć - rozgrzewka, ćwiczenia, zabawy oswajające z piłką - poruszanie się po boisku, postawy	2		EK01, EK02, EK03, , EK05
ĆW4	Koszykówka - bezpieczeństwo, organizacja zajęć - rozgrzewka, ćwiczenia, zabawy oswajające z piłką - chwyt, podania (w miejscu, w biegu) - rzuty (w miejscu, w biegu)	2		EK01, EK02, EK03, EK05
ĆW5	Piłka nożna - bezpieczeństwo, organizacja zajęć - rozgrzewka, ćw. oswajające z piłką - poruszanie się po boisku (z piłką bez piłki) - przyjęcia, podania (w miejscu, w biegu)	2		EK01, EK02, EK03, EK04, EK05
ĆW6	Piłka ręczna - bezpieczeństwo, organizacja zajęć - rozgrzewka, ćw. oswajające z piłką - poruszanie się po boisku (z piłką bez piłki) - chwyt, podania (w miejscu, w biegu) - rzuty (w miejscu, w biegu)	2		EK01, EK02, EK03, EK05
ĆW7	Unihokej - bezpieczeństwo, organizacja zajęć - rozgrzewka, ćw. oswajające z piłką i kijem - poruszanie się po boisku (z piłką bez piłki) - przyjęcia, podania (w miejscu, w biegu) - uderzenia, strzały	2		EK01, EK02, EK03, , EK05
ĆW8	Gimnastyka - bezpieczeństwo, organizacja zajęć - płaszczyzny, osie ciała	2		EK01, EK02, EK03, EK05

	- postawy ćw. kształtujące		
ĆW9	Różnorodne formy ruchu - fitness	2	EKO1, EKO2, EKO3, EKO5
ĆW10	Siatkówka - odbicia sposobem górnym i dolnym - blok, zagrywka - różne formy gry	2	EKO1, EKO2, EKO3, EKO4, EKO5
ĆW11	Koszykówka - poruszanie się po boisku (z piłką bez piłki), postawy, zasłony - różne formy gry	2	EKO1, EKO2, EKO3, EKO4, EKO5
ĆW12	Piłka nożna - uderzenia głową - stałe fragmenty gry (faul, rzut różny, rzut karny) - różne formy gry	2	EKO1, EKO2, EKO3, EKO4, EKO5
ĆW13	Unihokej - stałe fragmenty gry - różne formy gry	2	EKO1, EKO2, EKO3, EKO4, EKO5
ĆW14	Gimnastyka - ćw. bez i z przyborem (laska, piłka, obręcz) - ćw. na przyrządach (skrzynia, odskok, drążek, drabinki)	2	EKO1, EKO2, EKO3, EKO5
ĆW15	Podsumowanie. zaliczenie przedmiotu.	2	
	Suma godzin	30	
18 Narzędzia/metody dydaktyczne			
1.	opis, pokaz		
2.	metody: Naśladowcza- ściśła , Zadaniowo-ściśła, Programowego uczenia się i usprawnia Bezpośredniej celowości ruchu, Problemowa, Opowieści ruchowej, Zabawowa ,Ruchowej ekspresji twórczej		
3.	ćwiczenia praktyczne		
4.			
19 Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)			
F1.	Frekwencja na zajęciach		
F2.	aktywność na zajęciach		
F..n	umiejętność przygotowania i poprowadzenia fragmentów zajęć		
P1.	Ocena F1,F2, F3		
P2.			
P..n			

20 Obciążenie pracą studenta

forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności	
	S	NS
Godziny kontaktowe z nauczycielem	30	
Przygotowanie się do laboratorium	-	
Przygotowanie się do zajęć	-	
.....		
.....		
.....		
SUMA	30	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	0	

21 Literatura podstawowa i uzupełniająca

Literatura podstawowa:

1. Sieniek Cz. Terenowe gry i zabawy o charakterze ogólnorozwojowym. Kształtowanie sprawności psychomotorycznej. Helvetika
2. Sieniek Cz. Terenowe gry i zabawy o charakterze ogólnorozwojowym. Kształtowanie sprawności psychomotorycznej. Helvetika
3. Barański T. Technika i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych. Warszawa 1985.
4. Bondarewicz M. forma zabawowa w nauczaniu sportowych gier zespołowych. Warszawa 1983.

Literatura uzupełniająca:

1. Broich J. zabawy na świeżym powietrzu. Kielce Jedność, 2001.

22 Kryteria oceny *

ocena	2,0 ndst.	3,0 dst.	4,0 db	5,0 bdb
EK01	Student nie potrafi wskazać norm bezpieczeństwa dla realizowanego zadania. Student nie zna terminologii.	Student nie potrafi wskazać norm bezpieczeństwa dla realizowanego zadania. Student nie zna terminologii.	Student potrafi wymienić i sam stosuje się do podstaw bhp oraz przyjętych normy bezpieczeństwa na zajęciach. Student rozumie znaczenie pojęć lecz nie stosuje ich w realizowanych zadaniach	Student zna i sam stosuje się do podstaw organizacji zajęć, przyjętych normy bezpieczeństwa oraz egzekwuje je od innych . Student trafnie dobiera terminologię przedmiotu do realizowanych zadań .
EK02	Student nie potrafi zademonstrować nauczanych technik, stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych	Student potrafi zademonstrować pojedyncze techniki	Student opanował częściowo poznane techniki. Wykonuje je w asekuracji.	Student potrafi zastosować i zademonstrować poznane techniki Wykonuje je swobodnie
EK03	Student nie zna i nie uczestniczy w innych formach rekreacji.	Student zna i umie opisać kilka form rekreacji.	Student uczestniczy w dodatkowych formach rekreacji.	Student uczestniczy w dodatkowych zajęciach lub innych form rekreacji.
EK04	Student nie potrafi przygotować, zorganizować i poprowadzić fragmenty zajęć	Student potrafi przygotować fragmenty zajęć, ale ma problemy z ich zrealizacją i poprowadzeniem grupy	Student potrafi przygotować, zorganizować i poprowadzić fragmenty zajęć w niepełnym wymiarze	Student potrafi przygotować, zorganizować i poprowadzić fragmenty zajęć wykazując się dobrym przygotowaniem i panowaniem nad grupą

EK05	Student nie zna i nie umie wymienić walorów rekreacji ruchowej i promocji zdrowia .	Student zna walory rekreacji ruchowej lecz nie umie ich wyjaśnić i opisać.	Student potrafi ogólnie wymienić i opisać walory zdrowego stylu życia. .	Student zna walory wychowania fizycznego oraz stosuje zachowania prozdrowotne.
23 Inne przydatne informacje o przedmiocie				
1.	Informacja, gdzie można zapoznać się z prezentacjami do zajęć, instrukcjami do laboratorium, itp. -www.psw.bp			
2.	Informacje na temat miejsca odbywania zajęć. - www.pswbp.pl			
3.	Informacja na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina). - www.pswbp.pl			
4.	Informacja na temat konsultacji (godziny+miejsce). - www.pswbp.pl , PSW, hala sportowa nr. pokoju 18			

*do decyzji koordynatora

Tabela podsumowująca

Efekt kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów kierunkowych	Cele przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia/metody dydaktyczne	Sposób oceny
EK01	K_W03,	C1, C2	Ćw. 1- 14	1 -3	F1,F2, P1
EK02	, K_U05, K_U15	C1,C2,C3	Ćw. 1- 14	1 -3	F1,F2, P1
EK03	K_K05, K_K09	C2,C3,C4	Ćw. 1- 14	1 -3	F1,F2, P1
EK04	K_K05, K_K07	C1,C2,C4	Ćw. 1- 14	1 -3	F1,F2, P1
EK05	K_K09	C-5	Ćw. 1- 14	1 -3	F1,F2, P1