

KARTA PRZEDMIOTU NA ROK AKADEMICKI 2019/2020						
INFORMACJE OGÓLNE						
1. Nazwa przedmiotu kształcenia Wychowanie fizyczne						
2. Nazwa jednostki prowadzącej moduł (należy wskazać nazwę zgodnie ze Statutem PSW) Wydział Nauk o Zdrowiu, Zakład Turystyki i Rekreacji						
3. Grupa treści kształcenia (moduł może być realizowany w ramach treści kształcenia ogólnego, podstawowego, kierunkowego, specjalnościowego lub innego) treści kształcenia ogólnego						
4. Typ przedmiotu (obowiązkowy, do wyboru) obowiązkowy						
5. Poziom studiów studia II stopnia						
6. Liczba punktów ECTS 4						
7. Poziom przedmiotu (podstawowy, średnio-zaawansowany, zaawansowany) podstawowy						
8. Rok studiów, semestr I rok, semestr I - zimowy, II - letni						
9. Liczba godzin w semestrze						
Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
60						
10. Język wykładowy: polski						
11. Wykładowca (wykładowcy) (imię i nazwisko, stopień naukowy wykładowcy/wykładowców prowadzących zajęcia) Marcin Kaspróvicz - dr						
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE						
12. Wymagania wstępne						
1) Brak						
13. Cele przedmiotu						
C1 Podniesienie sprawności ogólnej i wydolności fizycznej studentów.						
C2 Zapoznanie z wieloma rodzajami gier i zabaw (koszykówka, siatkówka, piłka nożna, piłka ręczna, unihokej, tenis stołowy) stanowiących formę współzawodnictwa, uczestnictwo we współzawodnictwie sportowym, doskonalenie umiejętności współpracy w zespole.						
C3 Wdrażanie zasad zdrowego stylu życia poprzez ruch i dbałość o własne zdrowie.						
14. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych						
Student, który zaliczył przedmiot:					odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się	
WIEDZA						
EU01 Student w pogłębionym stopniu zna i rozumie terminologię w zakresie nauk o kulturze fizycznej. Ponadto posiada szczegółową znajomość budowy i funkcji organizmu człowieka.					K_W02, K_W06	

EU02 Student ma pogłębioną wiedzę o różnych rodzajach struktur i instytucji społecznych związanych z kulturą fizyczną i ich istotnych elementach	K_W03
UMIEJĘTNOŚCI	
EU03 Student posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej (rekreacyjnych, zdrowotnych, sportowych i artystycznych)	K_U13
EU04 Student posiada zaawansowane umiejętności prowadzenia zajęć rekreacyjnych, zdrowotnych, sportowych, artystycznych zachowań ruchowych w pracy z różnymi grupami społecznymi.	K_U12 K_U14
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	
EU05 Student demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność ruchową	K_K02
EU06 Student potrafi dbać o bezpieczeństwo własne, otoczenia i współpracowników, przestrzegając i rozwijając zasady etyki zawodowej	K_K03
15. Treści programowe	
Forma zajęć - ćwiczenia	
1) Zajęcia organizacyjne, zapoznanie z programem nauczania, zapoznanie z tematyką zajęć, warunkami zaliczenia, podanie obowiązującego piśmiennictwa, zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych. 2) Koszykówka -zapoznanie z obowiązującymi zasadami gry w koszykówkę, -elementy poruszania się zawodnika w ataku bez piłki, -nauczanie podań i chwyków, -nauczanie kozłowania, zmiana kierunku kozłowania, -rzut jednoręczny z miejsca, z wysokości, -rzut z biegu z prawej i lewej strony (dwutakt), -elementy obrony, sposób poruszania się po boisku, -gra szkolna. 3) Siatkówka -zapoznanie z obowiązującymi zasadami gry w siatkówkę, -postawa siatkarska wysoka i niska. Sposoby powzruszania się po boisku -odbicia piłki sposobem oburęcznym górnym i dolnym, -zagrywka sposobem dolnym i tenisowym, -przyjęcie piłki sposobem dolnym, -zbięcie piłki, -małe gry 3x3, -gra szkolna. 4) Piłka nożna - zapoznanie z obowiązującymi zasadami gry w piłkę nożną, - ćwiczenia osławajające z piłką, -nauczanie uderzenia piłki wewnętrzną częścią stopy, - nauczanie uderzenia piłki wewnętrznym podbiciem oraz prostym podbiciem, -nauczanie uderzenia piłki głową, - prowadzenie piłki w dwójkach z jednym przeszkadzającym-rozgrywanie, - gra bramkarza-postawa bramkarza, poruszanie się w bramce, - turniej halowy. 5) Piłka ręczna -historia gry w piłkę ręczną, -zapoznanie z obowiązującymi zasadami gry w piłkę ręczną, -elementy poruszania się zawodnika w ataku bez piłki,	

-nauczanie podań i chwytów, -nauczanie kozłowania, zmiana kierunku kozłowania, -rzut jednoręcz z miejsca, z miejsca z upadkiem, w biegu, -elementy obrony, sposób poruszania się po boisku, -gra szkolna.	
6) Unihokej	- zapoznanie z obowiązującymi zasadami gry w unihokeja, - ćwiczenia oswajające z kijem i piłką, -nauczanie prowadzenia piłki - nauczanie strzałów na bramkę -nauczanie gry w małych grupach - gra bramkarza-postawa bramkarza, poruszanie się w bramce, - turniej halowy.
7) Tenis stołowy	- zapoznanie z obowiązującymi zasadami gry w tenisa stołowego, - ćwiczenia oswajające z raketką i piłką, - nauczanie pozycji wyjściowej zawodnika -nauczanie poruszania się zawodnika -nauczanie odbić piłki w ataku, obronie - nauczanie odbić piłki forhendem, bekhendem - nauczanie gry w deblu - turniej gry w tenisa stołowego
8)	Sprawdzian umiejętności technicznych i znajomości przepisów z zakresu koszykówki, siatkówki, piłki ręcznej oraz piłki nożnej.
16. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1.	Studiowanie literatury przedmiotu
2.	Pokaz i objaśnienie
3.	Przybory do gier zespołowych
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1.	Praktyczne zaliczenie nauczanych elementów technicznych gry
F2.	Konspekt zajęć ruchowych
P1.	Aktywny i świadomy udział w zajęciach
P2.	Zaliczenie z oceną
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	70
Przygotowanie do zajęć i zaliczenia końcowego	30
SUMA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1) Adamczyk S., Uzarowicz J., Zagórski B., Piłka siatkowa, Kraków 1998, wyd. AWF	
2) Bednarski L., Koźmin A., Mazur Z., Piłka nożna, Kraków 2008, wyd. AW	
3) Arlet T, Koszykówka – podstawy techniki i taktyki gry, Kraków 2001, Extrema	
4) Paterka S., Piłka ręczna, AWF Poznań 2001	
5) Kałużny K.: Unihokej. Zabawy i gry ruchowe. AWF Wrocław 2010	
6) Kulczycki R., Kusiński J.: Tenis stołowy. Wydawnictwo Salos 1999.	
Literatura uzupełniająca:	

1) Czkannikow N., 500 gier i zabaw – gry zabawy ruchowe, Warszawa 2003, WSiP

20. Formy oceny - szczegóły

Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się zaliczeniem z oceną

Procentowy udział ocenionych efektów w kategorii wiedza, umiejętności i kompetencje przyjmuje się na poziomie:

W-20%, U-70%, K-10%

Na ocenę końcową składa się:

W 20%

- praca zaliczeniowa – konspekt zajęć z zespołowych gier sportowych (piłka nożna, piłka ręczna, koszykówka, siatkówka) oceniana w skali od 1 do 5 pkt. (1pkt. - Niedostateczny, 5 pkt. - Bardzo dobry)

U 70% - ze średniej arytmetycznej ocen:

- Zaliczenie praktyczne – opanowanie określonego poziomu podań piłki, prowadzenia piłki, kozłowania, rzutów, strzałów.

K 10%

- Przyjmowanie określonych postaw, zaangażowanie podczas zajęć – ocenianie ciągłe na podstawie obserwacji

Student może uzyskać oceny cząstkowe za znajomość przepisów gry oraz szczególne zaangażowanie na zajęciach.

Ocena końcowa wynika z algorytmu $0,2xW+0,7xU+0,1xK$

(zaokrąglanie końcówek: $<0,25 - 0,0$; $0,25-0,74 - 0,5$; $>0,75 - 1,0$).

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 na obiektach sportowych w PSW 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**