

KARTA PRZEDMIOTU NA ROK AKADEMICKI 2019/2020						
INFORMACJE OGÓLNE						
1. Nazwa przedmiotu kształcenia Wychowanie Fizyczne I						
2. Nazwa jednostki prowadzącej moduł Wydział Nauk Technicznych, Zakład Rolnictwa						
3. Grupa treści kształcenia Treści kształcenia ogólnego						
4. Typ przedmiotu obowiązkowy						
5. Poziom studiów Stopnia I						
6. Liczba punktów ECTS 0 pkt						
7. Poziom przedmiotu Podstawowy i średnio-zaawansowany						
8. Rok studiów, semestr I rok, semestr I – zimowy						
9. Liczba godzin w semestrze						
Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
30						
10.Język wykładowy: polski						
11.Wykładowca (wykładowcy) mgr Waldemar Chwedoruk, w.chwedoruk@dydaktyka.pswbp.pl						
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE						
12.Wymagania wstępne						
1) Brak przeciwwskazań do aktywności fizycznej						
13.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.						
14.Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych						
Student, który zaliczył przedmiot:				odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się		
WIEDZA						
EK01 zna normy i zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych, EK02 zna terminologię z zakresu realizowanego materiału z wychowania fizycznego					K_W01	
UMIEJĘTNOŚCI						
EK03 potrafi zastosować poznane techniki wykonywania ćwiczeń oraz właściwie używać przybory i przyrządy sportowe do podczas realizacji zadań ruchowych					K_U19	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE						
EK04 - współpracuje w grupie, przyjmując w niej różne role EK05 - rozumie potrzebę ciągłego doksztalcania się i dbania o zdrowie własne i innych.					K_K01, K_K08	

15.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 – marszobiegi, 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	
16.Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Pokaz i objaśnienie 2. Metoda naśladowcza ścisła, zadaniowa, programowego uczenia się, bezpośredniej celowości ruchu	
17.Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1. Aktywny udział w zajęciach	
F2. Przygotowanie i przeprowadzenie wcześniej wskazanych fragmentów zajęć	
F3. Obecność na zajęciach	
18.Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	30
Przygotowanie się do zajęć i kolokwium	
Przygotowanie projektu	
Przygotowanie do egzaminu	
SUMA	30
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	0
DLA PRZEDMIOTU	
19.Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1. Sieniek Cz. Terenowe gry i zabawy o charakterze ogólnorozwojowym. Kształtowanie sprawności psychomotorycznej. Helvetika 2. Trześniowski R. Gry i zabawy ruchowe: podręcznik przeznaczony dla nauczycieli, wychowawców i instruktorów. Warszawa Sport i turystyka 1989. 3. Vohland U., 2000: Radość zabawy : zabawy na świeżym powietrzu dla dzieci i młodzieży, przekł. z j. niemieckiego Magdalena Jałowiec. Kielce : Wydawnictwo "Jedność". 4. Owczarek S. Atlas ćwiczeń korekcyjnych, Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1998. 5. Barański T. Technika i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych. Warszawa 1985.	
Literatura uzupełniająca:	
1. Broich J. zabawy na świeżym powietrzu. Kielce Jedność, 2001.	
20.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.	

21. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1.	Szczegółowych informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć
2.	Zajęcia odbywają się w hali sportowej, siłowni, Sali fitness i terenach zielonych przy Uczelni
3.	Zajęcia odbywają się zgodnie z aktualnym planem zajęć
4.	Terminy konsultacji zamieszczone są na stronie internetowej uczelni oraz w gablocie SWFiS w budynku Hali Sportowej

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

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