

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2020/2021

INFORMACJE OGÓLNE

1. Nazwa przedmiotu kształcenia

WYCHOWANIE FIZYCZNE

2. Nazwa jednostki Zakład Informatyki

3. Grupa treści kształcenia -

4. Typ przedmiotu Obowiązkowy

5. Poziom studiów pierwszego stopnia

6. Liczba punktów ECTS 0

7. Poziom przedmiotu podstawowy

8. Rok studiów, semestr I rok, semestr I – zimowy; semestr II- letni

9. Liczba godzin 60 (2 semestry po 30h)
w semestrze

Wyk.	Ćw.	L*	Prj.	Pbn.	Zp.	Pr.
30						

30

10. Język wykładowy: język polski

11. Wykładowca (wykładowcy):
mgr Waldemar Chwedoruk

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
------------------------------------	---

UMIEJĘTNOŚCI

EU01 potrafi zastosować zasady bezpieczeństwa	I1P_U24
EU02 Potrafi bezpiecznie zorganizować zajęcia sport.-rekreacyjne dla siebie i innych	

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

EU03 – potrafi współpracować w grupie, przyjmując w niej różne role - rozumie potrzebę ciągłego dokończenia się i dbania o zdrowie własne i innych.	I1P_K01
---	---------

15. Treści programowe

Forma zajęć - wykłady

Forma zajęć – ćwiczenia

Zajęcia z wychowania fizycznego obejmują różne formy aktywności fizycznej z uwzględnieniem metodyki poszczególnych dyscyplin sportu. Program zajęć obejmuje:

- 1) atletykę terenową – marszobieg, 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
3.	Prezentacja, filmy instruktażowe - Internet (z ewentualnym wykorzystaniem platformy „Teams”)
17. Sposoby oceny (F – formująca; P – podsumowująca)	
F1.	Obecność i aktywność na zajęciach.
F2.	Zaliczenie prac pisemnych (prezentacji) tematycznych w przypadku zajęć w formie on-line
P1.	Zaliczenie z oceną
18. Obciążenia pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem**	60
Nakład pracy studenta	2
SUMA	62
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	
	0
19. Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1)	Turystyka i sport dla wszystkich w promocji zdrowego stylu życia / red. Władysław Włodzimierz Gaworecki, Zbigniew Mroczyński. Gdańsk : Wyższa Szkoła Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku : Fundacja Rozwoju Uniwersytetu Gdańskiego, 2008.
2)	Sport / red. Dariusz Matyja. Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2000.
3)	Wychowanie fizyczne i sport jako prawo człowieka i proces ciągłej edukacji. J. Nowocień, K. Zuchora ; Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie, 2014.
Literatura uzupełniająca:	
1)	Fizjologiczne podstawy rekreacji ruchowej : (wybrane zagadnienia) / red. Andrzej Eberhardt. Warszawa 2007 r.
2)	Wprowadzenie do fizjologii i metodyki rekreacji ruchowej / red. nauk. Andrzej Eberhardt. Warszawa : AlmaMer Wyższa Szkoła Ekonomiczna, 2011
20. Formy oceny – szczegóły	
Ocena stopnia osiągniętych przez studenta efektów uczenia się następuje wg poniższych kryteriów:	
5.0 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty bez zastrzeżeń	
4.5 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty z pojedynczymi brakami/błędami	
4.0 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty z nielicznymi brakami/błędami	
3.5 – zakładany efekt uczenia się został osiągnięty z wieloma brakami/błędami	
3.0 – zakładany efekt kształcenia został osiągnięty z licznymi i istotnymi brakami/błędami (minimalnie wymagany poziom osiągnięcia efektu)	
2.0 – zakładany efekt uczenia się nie został osiągnięty	
21. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1.	Szczegółowych informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji
2.	Zajęcia odbywają się w hali sportowej, siłowni, sali fitness i terenach zielonych przy Uczelni. W przypadku zajęć on-line w warunkach domowych – platforma Teams – pod nadzorem kamerki.
3.	Zajęcia odbywają się zgodnie z planem zajęć – strona internetowa uczelni – „Plany zajęć”
4.	Terminy konsultacji zamieszczone są na stronie internetowej uczelni (Studium Wych. Fiz.) 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