

KARTA PRZEDMIOTU

1. Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):	Wychowanie fizyczne, A2
Nazwa przedmiotu (j. ang.):	Physical education
Kierunek studiów:	
Specjalność/specjalizacja:	Wszystkie
Poziom kształcenia:	studia I stopnia
Profil kształcenia:	praktyczny (P)
Forma studiów:	studia stacjonarne
Obszar kształcenia:	
Dziedzina:	
Dyscyplina nauki:	
Koordinator przedmiotu:	mgr Grzegorz Sobolewski

2. Ogólna charakterystyka przedmiotu

Przynależność do modułu:	ogólny
Status przedmiotu:	obowiązkowy
Język wykładowy:	polski
Rok studiów, semestr:	I, s. 1, 2
Forma i wymiar zajęć według planu studiów:	stacjonarne - ćw. laboratoryjne 2 x 30 h
Interesariusze i instytucje partnerskie (nieobowiązkowe)	
Wymagania wstępne / Przedmioty wprowadzające:	brak przeciwwskazań lekarskich do podejmowania aktywności fizycznej

3. Bilans punktów ECTS

Całkowita liczba punktów ECTS: (A + B)	2	Stacjonarne	Niestacjonarne
A. Liczba godzin wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela z podziałem na typy zajęć oraz całkowita liczba punktów ECTS osiągniętych na tych zajęciach:	obecność na ćwiczeniach w sumie: ECTS	60 60 2,0	-
B. Poszczególne typy zadań do samokształcenia studenta (niewymagających bezpośredniego udziału nauczyciela) wraz z planowaną średnią liczbą godzin na każde i sumaryczną liczbą ECTS:	w sumie: ECTS		
C. Liczba godzin praktycznych / laboratoryjnych w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:	udział w ćwiczeniach w sumie: ECTS	60 60 2,0	-

4. Opis przedmiotu

Cel przedmiotu:	Podniesienie lub utrzymanie możliwie wysokiego poziomu wydolności fizycznej, sprawności motorycznej, koordynacji ruchowej. Przygotowanie studenta do czynnego uczestnictwa w kulturze fizycznej poprzez popularyzowanie i trwałe zainteresowanie aktywnymi sposobami wykorzystania czasu wolnego. Ukształtowanie pożądanych postaw osobowościowych niezbędnych do prowadzenia zdrowego stylu życia..
Metody dydaktyczne:	Ćwiczenia sprawnościowe.

Treści kształcenia:	Ćwiczenia: W ramach zajęć wychowania fizycznego studenci mają do wyboru zajęcia z pływania, aerobiku, tenisa stołowego, kulturystyki, zespołowych gier sportowych (piłka siatkowa, koszykowa, nożna-odmiana halowa, unihokej) oraz łyżwiarstwa i turystyki pieszej, tańców, form obozów letnich – wodnych i obozów zimowych narciarskich, a dla osób czasowo niezdolnych do wyżej wymienionych zajęć organizowane są zajęcia korekcyjno-wyrównawcze.
----------------------------	--

5. Efekty kształcenia, sposoby weryfikacji i kryteria oceny

Efekt przedmiotu	Student, który zaliczył przedmiot (spełnił minimum wymagań)	Efekt kierunkowy	
A2_W01	w zakresie wiedzy zna zasady bezpiecznego korzystania z obiektów sportowych i sprzętu sportowego	K_W11	
A2_W02	zna zasady przygotowania organizmu do wysiłku fizycznego	K_W05	
A2_W03	zna znaczenie higieny osobistej po zajęciach sportowych	K_W06	
A2_U04	w zakresie umiejętności posiada umiejętność włączania się w prozdrowotny styl życia z wyborem aktywności na całe życie	K_U01	
A2_U05	potrafi przeprowadzić rozgrzewkę	K_U03	
A2_K06	w zakresie kompetencje społeczne dostrzega potrzebę ciągłej aktywności ruchowej przez całe życie	K_K04	
Sposoby weryfikacji efektów kształcenia			
Efekt przedmiotu	Sposób weryfikacji	Ocena formująca	Ocena końcowa
A2_W01	Frekwencja i aktywność na zajęciach	frekwencja	zaliczenie
A2_W02	Frekwencja i aktywność na zajęciach	frekwencja	zaliczenie

A2_W03	Frekwencja i aktywność na zajęciach	frekwencja	zaliczenie
A2_U04	Aktywność na zajęciach	aktywność	zaliczenie
A2_U05	Samodzielne prowadzenie rozgrzewki	zaliczenie prowadzenia	zaliczenie
A2_K06	Frekwencja i aktywność na zajęciach	aktywność	zaliczenie
Kryteria oceny			
w zakresie wiedzy			Efekt kształcenia
Na ocenę 3,0	Student opuścił 3 zajęcia w ciągu semestru		A2_W01
Na ocenę 5,0	Student nie opuścił żadnych zajęć w ciągu semestru		A2_W02 A2_W03
w zakresie umiejętności			Efekt kształcenia
Na ocenę 3,0	Student samodzielnie przeprowadził rozgrzewkę zgodnie z zasadami		A2_U04 A2_U05
Na ocenę 5,0	Student samodzielnie przeprowadził rozgrzewkę zgodnie z zasadami, oraz wykazał inwencję w doborze ćwiczeń		
w zakresie kompetencji społecznych			Efekt kształcenia
Na ocenę 3,0	Student opuścił 3 zajęcia w ciągu semestru		A2_K06
Na ocenę 5,0	Student nie opuścił żadnych zajęć w ciągu semestru		
Kryteria oceny końcowej:	Frekwencja na zajęciach – 40 % Aktywność na zajęciach – 40 % Prowadzenie rozgrzewki – 20 %		
Literatura podstawowa:			

Informacje dodatkowe:

Dodatkowe obowiązki prowadzącego wraz z szacowaną całkowitą liczbą godzin:

Konsultacje – 5 godzin

W sumie: **5 godzin**