

KARTA PRZEDMIOTU

Kierunek: Elektrotechnika	Specjalność:			
Nazwa przedmiotu: Wychowanie fizyczne	Kod przedmiotu: 4020-EE-1S-1A-WF			
Rodzaj przedmiotu: ogólny	Poziom studiów: I stopień	Rok studiów: I	Semestr: I	Tryb: stacjonarny
Liczba godzin: 30 w tym: Ćwiczenia: 30	Liczba punktów ECTS: 0			
Tytuł, imię i nazwisko: Ćwiczenia: zgodnie z wyborem dokonany przez studentów adres e-mailowy wykładowcy/wykładowców:				
Informacje szczegółowe				
Cele przedmiotu				
C1. poznanie wielu różnych form aktywności fizycznej				
C2. wyposażenie studenta w zasób wiadomości i umiejętności do całozyciowej aktywności fizycznej. Doskonalenie sprawności fizycznej. Rozwijanie umiejętności ruchowych i technicznych w zespołowych formach aktywności fizycznej				
C3. rozwijanie świadomości potrzeby zachowań i nawyków prozdrowotnych i harmonijnego rozwój fizycznego i intelektualny				
C4. rozwijanie indywidualnych predyspozycji i uzdolnień studenta z zakresu kultury fizycznej				
C5. Kształtowanie postaw wychowawczych i społecznych w walce sportowej (fair-play) współpraca w grupie				
Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych	1. Ogólna sprawności fizyczna wiedza i umiejętności z poziomu IV etapu edukacyjnego			
Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych				
Efekty uczenia się	Po realizowaniu przedmiotu i potwierdzeniu osiągnięcia efektów uczenia się student	Odniesienie do celów przedmiotu	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu	
EU1	Rozumie potrzebę utrzymania i rozwijania swojej sprawności fizycznej Jest świadomy potrzeby zachowań prozdrowotnych. w życiu codziennym. Promuje postawę prozdrowotną w dorosłym życiu człowieka	C2, C3, C5	K_W08, K_K03	
EU2	Posiada wiedzę o różnych formach aktywności fizycznej. Potrafi kontrolować poziom własnej sprawności fizycznej	C1, C2, C4	K_U05	
EU3	Zna formy aktywności fizycznej służące rozwijaniu i podtrzymywaniu sprawności fizycznej i zdrowia. Potrafi podjąć działania prozdrowotne i edukacyjne wykorzystując w praktyce wiedzę oraz umiejętności w zakresie różnych form aktywności ruchowej	C1, C2, C4, C5	K_U05, K_K03	
Treści programowe				
Treści programowe	Forma zajęć	Liczba godzin	Odniesienie do efektów uczenia się	
	Ćwiczenia	30		
TP1	Gry i zabawy ruchowe rozwijające zwinność koordynację współpracy w grupie	5	EU2, EU3	
TP2	Tenis stołowy (nauka i doskonalenie gry w tenisa stołowego)	4	EU3	
TP3	Unihokej (ćwiczenia nauczające i doskonalące grę w unihokeja)	4	EU1	
TP4	Piłka nożna (ćwiczenia nauczające doskonalące grę w piłkę nożną)	4	EU1	
TP5	Futsal (ćwiczenia nauczające i doskonalące grę w futsal)	4	EU1	
TP6	Ćwiczenia siłowe body building kształtujące sylwetkę człowieka	5	EU3	
TP7	Testy, sprawdziany kontrolujące poziom sprawności, Ruffiera, Beep Test, BMI, itp	4	EU2	
Narzędzia dydaktyczne:				
1. Boisko lub sala gimnastyczna 2. Siłownia 3. Odpowiednie wyposażenie sportowe				
Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się				

Efekt uczenia się	Forma weryfikacji i walidacji efektów uczenia się			
	Wiedza faktograficzna	Wiedza praktyczna umiejętności praktyczne	Umiejętności kognitywne	Kompetencje społeczne, postawy
EU1	X			X
EU2		X		
EU3		X	X	X
Kryteria oceny osiągnięcia efektów uczenia się				
F – formujące				
F1. Dyskusja podczas zajęć F2. Sprawdzian umiejętności				
P – podsumowujące				
P1. Obserwacja P2. Obecność na zajęciach, aktywność P3. Zaliczenie				
Skala ocen				
Ocena:	Poziom wiedzy, umiejętności, kompetencji personalnych i społecznych			
5,0	- znakomita wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne			
4,5	- bardzo dobra wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne			
4,0	- dobra wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne			
3,5	- zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne, ale ze znaczącymi niedociągnięciami			
3,0	- zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne, ale z licznymi błędami			
2,0	- niezadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne			
Forma zakończenia	zaliczenie			
Obciążenie pracą studenta				
Forma aktywności				
1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim: 30				
2. Przygotowanie się do zajęć: 0				
SUMA: 30 godzin				
Literatura				
Podstawowa:				
1. Talaga J., <i>Sprawność fizyczna ogólna, Testy</i> , Zysk i S-ka Wydawnictwo, Poznań 2004				
2. Wojnarowska B., <i>Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki</i> , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007				
3. Cantieni B., <i>52 ćwiczenia zapobiegające wadom sylwetki, metoda Binity Cantieni</i> , Wrocław 2006				
4. Mielniczuk M., Staniszewski T., <i>Stare i nowe gry drużynowe</i> , Wydawnictwo TELBIT, Warszawa 1999				
5. Trzeźniowski R., <i>Zabawy i gry ruchowe</i> , Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1995				
Uzupełniająca:				
1. Barankiewicz J., <i>Poradnik nauczyciela wychowania fizycznego: zbiór podstawowych pojęć z teorii i metodyki wychowania fizycznego, sportu oraz wychowania zdrowotnego</i> , Wojewódzki Ośrodek Metodyczny, Kalisz 1992				
2. Drabik J., <i>Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa. Cz. I</i> , AWFIS, Gdańsk 1995				
3. Drabik J., <i>Aktywność fizyczna w treningu zdrowotnym osób dorosłych. Cz. II</i> , AWFIS Gdańsk 1996				
4. Drabik J., <i>Promocja aktywności fizycznej. Cz. III</i> , AWFIS Gdańsk 1997				
5. Drabik J., <i>Aktywność, sprawność i wydolność fizyczna jako mierniki zdrowia człowieka</i> , AWFIS Gdańsk 1997				
Inne przydatne informacje o przedmiocie:				
Przedmiot wychowanie fizyczne ma umożliwić studentowi dokonania wyboru całonocnej aktywności fizycznej, odpowiadającej indywidualnym preferencjom ruchowym. Przedmiot pozwoli studentowi zrozumieć potrzebę całonocnej troski o funkcjonowanie organizmu w aspekcie funkcjonalnym, estetycznym i społecznym.				