

# KARTA PRZEDMIOTU

## Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	WYCHOWANIE FIZYCZNE	
Gr/O/I/ST/E2.2			PHISICAL EDUCATION	
Język wykładowy		Polski		
Rok akademicki		2019/2020		
Kierunek		Grafika		
w zakresie				
Poziom studiów		studia pierwszego stopnia		
Profil studiów		Praktyczny/ ogólnoakademicki		
Forma studiów		studia stacjonarne		
Semestr / semestry		1, 2		
Przynależność do grupy zajęć		E2.2 Przedmioty ogólnouczelniane - ograniczonego wyboru		
Status przedmiotu		obowiązkowy		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Wykład	[h]	0 ECTS
		Ćwiczenia	60[h]	
		...	...	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów			... ECTS
	z uprawnieniami			... ECTS
	z dyscypliną			... ECTS
Forma nauczania		tradycyjna- zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne				
Jednostka prowadząca		Studium Wychowania Fizycznego i Sportu		
Koordynator		mgr Piotr Bartnik		
Osoby prowadzące		mgr Piotr Bartnik, dr Mirosław Kobza, mgr Lidia Peryt, mgr Ewa Wołoszyn, mgr Jerzy Półbratек, mgr Michał Sulima, mgr Jacek Sobień		
Adres strony internetowej pjo		-		
Adres e-mail, telefon koordynatora		p.bartnik@uthrad.pl, tel.: 48 361 79 61		

**EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH,  
WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ**

Cel kształcenia:	Nauczenie podstawowych form aktywności ruchowej. Przekazanie wiedzy na temat zdrowotnych skutków uprawiania sportu na studiach i w przyszłości.
Treści programowe:	1. Diagnoza sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego. 2. Trening zdrowotny. 3. Sporty całego życia i wypoczynek. 4. Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista 5. Sport
Metody dydaktyczne (kształcenia):	Analityczna, syntetyczna i kombinowana
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	Średnia ocen z testu sprawności prof. Pilicza oraz frekwencji i czynnego udziału w zajęciach.

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W01	wie jak pracować nad swoim wszechstronnym, harmonijnym rozwojem fizycznym		Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Test sprawności fizycznej	Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach
W02	ma wiedzę pozwalającą na aktywne uczestnictwo w kulturze fizycznej o charakterze rekreacyjnym, sportowym lub turystycznym przez całe swoje życie		Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Test sprawności fizycznej	Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach
W03	zna metody, środki i formy pracy nad pomnożeniem własnego zdrowia, sprawności fizycznej		Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Test sprawności fizycznej	Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach
U01	potrafi pracować nad swoim wszechstronnym, harmonijnym rozwojem fizycznym		Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Test sprawności fizycznej	Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach
U02	ma umiejętności pozwalające na aktywne uczestnictwo w kulturze fizycznej o charakterze rekreacyjnym, sportowym		Zajęcia sportowe lub inne formy	Test sprawności	Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na

	lub turystycznym przez całe swoje życie		zajęć organizowane przez SWFiS	fizycznej	zajęciach
K1	chce pracować nad swoim wszechstronnym, harmonijnym rozwojem fizycznym.		Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Test sprawności fizycznej	Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach
Stopień osiągnięcia kierunkowych efektów uczenia się: np.:K_WG(01)+++					

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe	
1. Łatyszewski L., Piłka ręczna, koszykówka, piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń, Wyd. COS, Warszawa 1999.	
2. Sozański H., Perkowski K., Śledziwski D. Efektywność systemów szkolenia w różnych dyscyplinach sportu. Warszawa 2000. Augustynek P. Opis zagrożeń i podstawy udzielania pomocy w wodzie płynącej, "Agment" Kraków 2001 r.	
3. Program wychowania fizycznego opracowanego przez zespół pracowników SWFiS w formie zwartej dla studentów wszystkich wydziałów UTH Rad.	

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS			
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]		
	Inne godz. kontaktowe (IGK)	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN)	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... <i>wykładach</i>	X	X	... [h]
Samodzielne studiowanie tematyki ... <i>wykładów</i>	X	...[h]	X
Udział w .... <i>ćwiczeniach / ćwiczeniach laboratoryjnych</i>	X	X	...[h]
Samodzielne przygotowanie się do .... <i>ćwiczeń</i>	X	... [h]	X
Udział w konsultacjach	... [h]	X	X
Przygotowanie do .... <i>zaliczenia / egzaminu</i>	X	X	X
Udział w zajęciach sportowych lub innych formach zajęć, organizowanych przez SWFiS.	... [h]	X	60
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	... [h]/ ... ECTS	... [h]/...ECTS	60[h]/ 0 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	... ECTS		

Informacje dodatkowe, uwagi