

# KARTA PRZEDMIOTU

## Opis przedmiotu

| Kod przedmiotu  |                    | Nazwa przedmiotu  | WYCHOWANIE FIZYCZNE               |                     |
|---|--------------------|---|-----------------------------------|---------------------|
| UTH 2019/20 Wz/P/I/ST/E2.40                               |                    |   | PHISICAL EDUCATION                |                     |
| Język wykładowy   |                    | polski  |                                   |                     |
| Rok akademicki  |                    | 2019/2020   |                                   |                     |
| Kierunek  |                    | Wzornictwo ubioru i akcesoriów mody   |                                   |                     |
| w zakresie  |                    |   |                                   |                     |
| Poziom studiów  |                    | studia pierwszego stopnia   |                                   |                     |
| Profil studiów  |                    | praktyczny  |                                   |                     |
| Forma studiów   |                    | studia stacjonarne  |                                   |                     |
| Semestr / semestry  |                    | III, IV   |                                   |                     |
| Przynależność do grupy zajęć                              |                    | E1. Grupa zajęć ogólnouczeniowych   |                                   |                     |
| 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 Półbrat, 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:   | <i>Nauczenie podstawowych form aktywności ruchowej. Przekazanie wiedzy na temat zdrowotnych skutków uprawiania sportu na studiach i w przyszłości.</i>  |
| Treści programowe:   | <i>1. Diagnoza sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego.<br/>2. Trening zdrowotny.<br/>3. Sporty całego życia i wypoczynek.<br/>4. Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista<br/>5. Sport</i> |
| Metody dydaktyczne (kształcenia):  | <i>Analityczna, syntetyczna i kombinowana</i>   |
| Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej: | <i>Średnia ocen z testu sprawności prof. Pilicza oraz frekwencji i czynnego udziału w zajęciach.</i>  |

| 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)<br>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   | <i>wie jak pracować nad swoim wszechstronnym, harmonijnym rozwojem fizycznym</i>  |                                    | <i>Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS</i> | <i>Test sprawności fizycznej</i>       | <i>Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach</i> |
| W02   | <i>ma wiedzę pozwalającą na aktywne uczestnictwo w kulturze fizycznej o charakterze rekreacyjnym, sportowym lub turystycznym przez całe swoje życie</i> |                                    | <i>Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS</i> | <i>Test sprawności fizycznej</i>       | <i>Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach</i> |
| W03   | <i>zna metody, środki i formy pracy nad pomnożeniem własnego zdrowia, sprawności fizycznej</i>  |                                    | <i>Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS</i> | <i>Test sprawności fizycznej</i>       | <i>Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach</i> |
| U01   | <i>potrafi pracować nad swoim wszechstronnym, harmonijnym rozwojem fizycznym</i>  |                                    | <i>Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS</i> | <i>Test sprawności fizycznej</i>       | <i>Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach</i> |
| U02   | <i>ma umiejętności pozwalające na aktywne uczestnictwo w kulturze fizycznej o charakterze rekreacyjnym, sportowym</i>                                   |                                    | <i>Zajęcia sportowe lub inne formy</i>                                | <i>Test sprawności</i>                 | <i>Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na</i>           |

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

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

| 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 ... wykładach   | X                           | X   | ... [h]             |
| Samodzielne studiowanie tematyki ... wykładów  | X                           | ...[h]  | X                   |
| Udział w .... ćwiczeniach / ćwiczeniach laboratoryjnych  | X                           | X   | ...[h]              |
| Samodzielne przygotowanie się do .... ćwiczeń  | X                           | ... [h]   | X                   |
| Udział w konsultacjach   | ... [h]                     | X   | X                   |
| Przygotowanie do .... zaliczenia / egzaminu  | 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 |
|-----------------------------|
|                             |