

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **Wychowanie fizyczne (FILLS1-WF)**

Dane dotyczące przedmiotu:

Jednostka oferująca przedmiot: Wydział Nauk o Zdrowiu
Przedmiot dla jednostki: Wydział Nauk Społecznych i Humanistycznych
Cykl dydaktyczny: Semestr zimowy 2022/2023
Koordynator przedmiotu cyklu: mgr Dariusz Kisiel

Domyślny typ protokołu dla przedmiotu:

Zaliczenie (bez oceny)

Skrócony opis:

Zamierzone i świadome działanie ukierunkowane na kształtowanie postaw (tj. stosunku do ciała i fizycznego funkcjonowania) oraz postaw prospołecznych, a równocześnie nastawione na wspieranie rozwoju fizycznego i zdrowia oraz kształtowanie trwałego obyczaju aktywności fizycznej i troski o wydolność fizyczną, sprawność motoryczną i prawidłową postawę ciała.

Opis:

Celem zajęć jest: dbałość o zdrowie, wszechstronny i harmonijny rozwój sylwetki oraz osobowości, kształtowanie: koordynacji, siły, gibkości, wytrzymałości, kondycji, sprawności; promowanie i zachęcanie do samodzielnego podejmowania aktywności fizycznej.

Literatura:

Literatura podstawowa:

1. Mikułowski J., Oszalet H., Koszykówka, Agencja Promo-Lider, Warszawa 1976.
2. Huciński T., Metodyka nauczania i doskonalenia podstaw, Wrocław, 2006.
3. Paterka S., Piłka ręczna. Technika, taktyka, trening, metodyka nauczania i przepisy gry, Poznań AWF, 1942.
4. Mazur S., Szuppe W., Woluch J., Piłka siatkowa systematyka ćwiczenia i metodyka nauczania gry, Warszawa Wydawnictwa Akademii Wychowania Fizycznego, 1971.
5. Bondarowicz M., Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. Warszawa, 2002.
6. Zaborniak S., Metodyka nauczania ćwiczeń lekkoatletycznych. Poradnik dla nauczycieli, Rzeszów, 2006.
7. Drabik J., Aktywność fizyczna w treningu zdrowotnym osób dorosłych, Gdańsk 1996.

Literatura uzupełniająca:

1. Królak A., Sprawdziany tenisistów, Warszawa, 1996.
2. Crespo M., Miley D., Podręcznik wzorowego trenera, Katowice, 1998.

Efekty uczenia się:

W zakresie kompetencji student:

- 1_K Rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie (K_K01)
- 2_K Potrafi współdziałać i pracować w grupie, przyjmując w niej różne role. (K_K02)
- 3_K Posiada elementarne umiejętności organizacyjne pozwalające na realizację działań zawodowych (K_K03)
- 4_K jest przekonany o sensie, wartości i potrzebie podejmowania działań na rzecz środowiska społecznego (K_K04)

Metody i kryteria oceniania:

Ocena ogólna obejmująca część ćwiczeniową 100%

Ćwiczenia: frekwencja (50%), aktywny udział w zajęciach (25%) oraz projekty i opracowania pisemne (25%)

Zaliczenie przedmiotu - osoby z niepełnosprawnościami - dostosowane indywidualnie do potrzeb i możliwości psychofizycznych każdej osoby.

Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

- praca w grupach na zajęciach (K_K01, K_K02, K_K04)
- aktywność na zajęciach (K_K01, K_K03, K_K04)
- praca indywidualna, projekty, opracowania pisemne (K_K01, K_K03, K_K04)

Wskaźniki ilościowe

Nakłady pracy studenta związane z zajęciami :

- wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela (np. wykład, ćwiczenia, konsultacje, egzamin, zaliczenie) - 30 h
- niewymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela (np. przygotowanie do egzaminu, opracowanie przypadku, przygotowanie do ćwiczeń itp.) - 8 h
- w tym o charakterze praktycznym (np. rozwiązywanie przykładów praktycznych na ćwiczeniach, przygotowanie projektu, indywidualne rozwiązywanie przykładów praktycznych (case study) - 5 h

Praca własna studenta obejmuje:

- aktywny udział w ćwiczeniach
- studiowanie literatury
- wykonywanie opracowań pisemnych

Dane dotyczące przedmiotu cyklu:

Domyślny typ protokołu dla przedmiotu cyklu:

Zaliczenie z oceną

Szczegóły zajęć i grup

Ćwiczenia (30 godzin)

Punkty przedmiotu w cyklach:

<bez przypisanego programu>			
Typ punktów	Liczba	Cykl pocz.	Cykl kon.
ECTS (ECTS)	0*	18/19Z	

* Przedmiot może przynosić punkty zależnie od podpięcia do programu osoby