

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim**

**Kierunek: Dietetyka**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **WYCHOWANIE FIZYCZNE**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_DT\_1\_W\_A.7\_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Wychowania Fizycznego  
i Sportu**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Łukasz Lamcha**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Łukasz Lamcha
2. dr Izabela Zaleska-Posmyk
3. mgr Dariusz Maciejewski

Data opracowania: **30.09.2020 r.**

Aktualizacja: **30.09.2021 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	praktyczny			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 1–2, semestr 1–4			
Status przedmiotu	do wyboru			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć		60 (15+15+15+15)		
Liczba punktów ECTS	0			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie studenta z podstawową wiedzą o wybranych grach sportowych i umiejętnościach ruchowych z zakresu różnych form aktywności fizycznej.
C2	Opanowanie przez studenta wiedzy o usprawnianiu własnego organizmu poprzez różne ćwiczenia i formy gry w wybranych grach sportowych.
C3	Ukształtowanie u studenta bezpiecznych pod względem zdrowotnym zachowań podczas wykonywania różnych zadań i gier typowych dla wybranych gier sportowych.

## 3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- brak przeciwwskazań do ruchu.

## 4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 6)
EK1	zna zasady i znaczenie edukacji w wychowaniu fizycznym oraz promocji zdrowia w kształtowaniu właściwych zachowań; nabył umiejętność propagowania i aktywnego kreowania aktywności fizycznej.	K_W14 K_K07	P6S_WG P6S_WK P6S_KO P6S_KR
EK2	zna zasady i znaczenie aktywności fizycznej u ludzi w każdym wieku i stanie zdrowia; umie dbać o odpowiedni poziom sprawności fizycznej, niezbędnej dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.	K_W14 K_K07	P6S_WG P6S_WK P6S_KO P6S_KR
EK3	zna zasady i znaczenie edukacji na różnym poziomie zaawansowania sportowego; posiadał umiejętność dbania o sprawność fizyczną niezbędną dla wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej.	K_W14 K_K07	P6S_WG P6S_WK P6S_KO P6S_KR

## 5. Treści programowe

ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
<b>GRY SPORTOWE</b> (p. nożna, koszykówka, siatkówka, p. ręczna, unihokej, futsal, itd.)		
ĆW1	Elementy techniki wybranych gier sportowych oraz ćwiczeń oddziałujących na organizm. Przepisy gry warunkujące bezpieczeństwo grających.	6*
ĆW2	Podstawy taktyki podczas fragmentów gry.	4*
ĆW3	Organizacja zawodów wybranych gier sportowych i udział w tych zawodach. Przebieg rywalizacji zgodnie z uproszczonymi przepisami gry i zasadami bezpieczeństwa.	5*
	<b>Razem w poszczególnych semestrach</b>	<b>15*</b>

\* student w każdym z czterech semestrów wybiera po jednej z powyższych aktywności

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Pokaz, objaśnienie.
M2	Ćwiczenia i gry uproszczone.
M3	Instruowanie.

## 7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	60
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>60</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	0

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Obserwacje działań ruchowych w aspekcie techniki i bezpieczeństwa.
F2	Ocena wykonanych zadań.
F3	Dyskusje nieformalne.

### b. Ocena podsumowująca

P1	Wykonanie wybranej formy ruchowej – poprowadzenie wybranych ćwiczeń.
P2	Zaprezentowanie dokładności wykonania podstawowych umiejętności technicznych.

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- obecność na zajęciach zgodnie z regulaminem studiów;

- zaprezentowanie dokładności wykonania elementów technicznych;
- przeprowadzenie wybranych ćwiczeń i gier zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Student nie zna zasad i znaczenia edukacji w wychowaniu fizycznym. Student nie nabył umiejętności propagowania aktywności fizycznej.
na ocenę 3	Student zna podstawowe zasady edukacji w wychowaniu fizycznym. Student nabył umiejętność propagowania aktywności fizycznej.
na ocenę 4	Student zna podstawowe zasady i znaczenie edukacji w wychowaniu fizycznym oraz w kształtowaniu właściwych zachowań. Student nabył umiejętność propagowania i kreowania aktywności fizycznej.
na ocenę 5	Student zna zasady i znaczenie edukacji w wychowaniu fizycznym oraz promocji zdrowia w kształtowaniu właściwych zachowań. Student nabył umiejętność propagowania i aktywnego kreowania aktywności fizycznej.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Student nie zna zasad i znaczenia aktywności fizycznej. Student nie umie dbać o odpowiedni poziom sprawności fizycznej.
na ocenę 3	Student zna podstawowe zasady aktywności fizycznej u ludzi w każdym wieku. Student umie dbać o poziom sprawności fizycznej.
na ocenę 4	Student zna zasady aktywności fizycznej u ludzi w każdym wieku. Student umie dbać o odpowiedni poziom sprawności fizycznej, niezbędnej dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.
na ocenę 5	Student zna zasady i znaczenie aktywności fizycznej u ludzi w każdym wieku i stanie zdrowia. Student umie dbać o odpowiedni poziom sprawności fizycznej, niezbędnej dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.
<b>Efekt uczenia się EK3</b>	
na ocenę 2	Student nie zna zasad edukacji na różnym poziomie zaawansowania sportowego. Student nie posiadał umiejętności dbania o sprawność fizyczną niezbędną dla wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej.
na ocenę 3	Student zna podstawowe zasady edukacji na różnym poziomie zaawansowania sportowego. Student posiadał podstawowe umiejętności dbania o sprawność fizyczną niezbędną dla wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej.
na ocenę 4	Student zna zasady edukacji na różnym poziomie zaawansowania sportowego. Student posiadał umiejętność dbania o sprawność fizyczną niezbędną dla wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej.
na ocenę 5	Student zna zasady i znaczenie edukacji na różnym poziomie zaawansowania sportowego. Student w wysokim stopniu opanował umiejętność dbania o sprawność fizyczną niezbędną dla wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej.

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	K_W14, K_K07	C1	ĆW1	M1–M3	F1–F3, P1, P2
EK2	K_W14, K_K07	C2	ĆW2	M1–M3	F1–F3, P1, P2

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK3	K_W14, K_K07	C3	ĆW3	M1–M3	F1–F3, P1, P2

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Bondarowicz M., <i>Zabawy w grach sportowych</i> , Warszawa 1998.
----	-------------------------------------------------------------------

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Molski D., <i>Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu gier sportowych</i> , Gorzów Wielkopolski 2006.
----	------------------------------------------------------------------------------------------------

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)