

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

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim**

**Kierunek: Fizjoterapia**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **WYCHOWANIE FIZYCZNE**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_FT\_J\_W\_B.14\_s**

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

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Piotr Basta**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Piotr Basta

Data opracowania: **01.09.2022 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	jednolite studia magisterskie			
Profil	praktyczny			
Specjalność	–			
Rok studiów / semestr	rok 2, semestr 3–4			
Status przedmiotu	do wyboru			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć		30 (15+15)		
Liczba punktów ECTS	0			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Przygotowanie w zakresie aktywności fizycznej i przeprowadzania procesu nauczania ruchów, używając terminologii treningu aerobowego przy wykorzystaniu trenażerów.
C2	Nabycie umiejętności ruchowych z zakresu różnych form aktywności fizycznej.
C3	Przygotowanie w zakresie doboru różnych metod wspomaganie technologicznego do adaptowanej aktywności fizycznej.

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

- brak przeciwwskazań do ruchu,
- podstawowa sprawność fizyczna,
- sprawność indywidualnego i zespołowego działania.

## 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 7)
EK1	potrafi wykazać się umiejętnościami ruchowymi z zakresu wybranych metod treningu aerobowego (rekreacyjnych i zdrowotnych)	B.U9	P7S_UW

## 5. Treści programowe

ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
<b>SEMESTR 3 i 4</b>		
ĆW1	Istota i znaczenie wysiłku fizycznego w zachowaniu sprawności fizycznej i zdrowia.	4+4
ĆW2	Istota i znaczenie różnych środków i metod w podnoszeniu sprawności fizycznej poprzez wykorzystanie wiedzy teoretycznej i praktycznej.	4+4
ĆW3	Zapoznanie teoretyczne i praktyczne z podstawowymi elementami techniki i zasadami różnych środków treningu sportowego.	7+7

	<b>Razem</b>	<b>15+15</b>
--	--------------	--------------

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Pogadanka.
M2	Demonstracja.
M3	Ćwiczenia praktyczne.

## 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	30
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>30</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	0

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Obserwacje zachowań.
F2	Ocena zadań.
F3	Rozmowy nieformalne.

### b. Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie końcowe.
----	---------------------

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- frekwencja wg regulaminu studiów,
- aktywność na zajęciach,
- pozytywna ocena z zaliczenia końcowego.

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Student nie potrafi wykazać się umiejętnościami ruchowymi z zakresu wybranych środków i metod treningu.
na ocenę 3	Student potrafi w ograniczonym zakresie wykazać się umiejętnościami ruchowymi z zakresu wybranych środków i metod treningu.
na ocenę 4	Student potrafi wykazać się umiejętnościami ruchowymi z zakresu wybranych środków i metod treningowych.
na ocenę 5	Student potrafi wykazać się bardzo dobrymi umiejętnościami ruchowymi z zakresu wybranych środków i metod treningu (rekreacyjnego i zdrowotnego).

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	B.U9	C1–C3	ĆW1–ĆW3	M1–M3	F1–F3, P1

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Drabik J., Aktywność fizyczna w edukacji zdrowotnej społeczeństwa, AWFIS Gdańsk 2005.
----	---

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Naglak Z., Metodyka trenowania sportowca, AWF Wrocław 1999.
----	---

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)