

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

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim**

**Kierunek: Wychowanie fizyczne**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **INTERAKTYWNA EDUKACJA ZDROWOTNA**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_WF\_2\_O\_C.3\_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Nauk Biologicznych**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Anna Kasperska**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Anna Kasperska
2. dr Joanna Ostapiuk-Karolczuk

Data opracowania: **29.09.2023 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia drugiego stopnia			
Profil	ogólnoakademicki			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 1, semestr 1			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	5	10		
Liczba punktów ECTS	1			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Nabywanie wiedzy dotyczącej aktywizowania podopiecznych do wzmacniania zdrowia i podejmowania działań prozdrowotnych.
C2	Zapoznanie się z metodami edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia, w celu kształtowania prozdrowotnych nawyków oraz odpowiedzialności za swoje zdrowie i innych.
C3	Nabywanie wiedzy na temat planowania i przebiegu procesu uczenia się oraz komunikowania z podopiecznymi.

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

- Wiedza z zakresu rozwoju człowieka w aspekcie biologicznym, psychologicznym oraz społecznym,
- Wiedza z zakresu fizjologii i funkcjonowania poszczególnych układów człowieka,
- Praca z artykułami naukowymi.

## 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 wyjaśnić i scharakteryzować założenia edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz umiejętnie inicjuje i realizuje działania ukierunkowane na edukację zdrowotną i promocję zdrowia.	A1_W11 A1_U13	P7S_WG P7S_UO PS7_UU
EK2	potrafi dokształcać się i podnosić własne kompetencje oraz organizować proces uczenia się innych osób; okazuje tolerancję i akceptuje odmienne uwarunkowania kulturowe i społeczne, a także propaguje zdrowy styl życia.	A1_K2 A1_K3 A1_K10 A1_K13	P7S_KK P7S_KO P7S_KR P7S_KR

## 5. Treści programowe

<b>WYKŁADY</b>		
<b>Lp.</b>	<b>Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych</b>	<b>Liczba godzin</b>
W1	Zdrowie. Choroby cywilizacyjne. Styl życia i zachowania zdrowotne. Wyzwania wobec edukacji zdrowotnej.	2
W2	Edukacja fizyczna a dbałość o zdrowie i rozwój fizyczny.	2
W3	Komunikacja interpersonalna w edukacji zdrowotnej.	1
	<b>Razem</b>	<b>5</b>
<b>ĆWICZENIA</b>		
<b>Lp.</b>	<b>Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych</b>	<b>Liczba godzin</b>
ĆW1	Dbałość o własne zdrowie. Czy można kreować stosunek człowieka do własnego ciała?	2
ĆW2	Proces kształtowania świadomości prozdrowotnej oraz pożądanych nawyków i zachowań wobec własnego ciała.	2
ĆW3	Współczesne metody i techniki dydaktyczne.	2
ĆW4	Nauczanie i uczenie się w edukacji zdrowotnej. Relacje nauczyciel–uczeń.	2
ĆW5	Zaliczenie – projekt.	2
	<b>Razem</b>	<b>10</b>

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład informacyjny.
M2	Pokaz i objaśnienie.
M3	Dyskusja dydaktyczna.
M4	Burza mózgów.
M5	Metody eksponujące (film).

## 7. Obciążenie pracą studenta

<b>Forma aktywności</b>	<b>Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności</b>
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	15
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie do zajęć	2
Przygotowanie projektu zajęć edukacyjnych	8
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>25</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	1

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Aktywny udział w zajęciach.
----	-----------------------------

### b. Ocena podsumowująca

P1	Przygotowanie i przedstawienie projektu / prezentacji zajęć edukacyjnych, nt. wybranych aspektów zdrowia wśród osób w różnym wieku, zdrowych lub chorych, o różnym poziomie sprawności fizycznej.
----	---

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Obecność na zajęciach zgodna z regulaminem studiów,
- Pozytywna ocena z przygotowanego i przedstawionego projektu.

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Student nie potrafi i scharakteryzować założeń edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz nie jest w stanie samodzielnie inicjować i realizować działań ukierunkowanych na edukację zdrowotną i promocję zdrowia.
na ocenę 3	Student potrafi jedynie wymienić założenia edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia, podejmuje próby samodzielnej realizacji działań ukierunkowanych na edukację zdrowotną i promocję zdrowia.
na ocenę 4	Student potrafi wymienić założenia edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia oraz je scharakteryzować; samodzielnie inicjuje i realizuje działania ukierunkowane na edukację zdrowotną i promocję zdrowia.
na ocenę 5	Student potrafi wymienić i samodzielnie opisać założenia edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia; bezbłędnie i samodzielnie inicjuje i realizuje działania ukierunkowane na edukację zdrowotną i promocję zdrowia; wykazuje się ponadprzeciętną wiedzą nt. omawianej tematyki.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Student nie odczuwa potrzeby doształcania się i podnoszenia własnych kompetencji; nie wykazuje potrzeby organizowania procesu uczenia się innych osób; okazuje nietolerancję i brak akceptacji w stosunku do odmiennych uwarunkowań kulturowych i społecznych; nie wykazuje chęci aby propagować zdrowy styl życia.
na ocenę 3	Student wykazuje potrzebę doształcania się i podnoszenia własnych kompetencji; jednak nie potrafi samodzielnie zorganizować procesu uczenia się innych osób; okazuje tolerancję i akceptację w stosunku do odmiennych uwarunkowań kulturowych i społecznych; nie wykazuje chęci aby propagować zdrowy styl życia.
na ocenę 4	Student rozumie i wykazuje potrzebę doształcania się i podnoszenia własnych kompetencji; wykazuje potrzebę organizowania procesu uczenia się innych osób; okazuje tolerancję i akceptację w stosunku do odmiennych uwarunkowań kulturowych i społecznych; wykazuje chęci aby propagować zdrowy styl życia.
na ocenę 5	Student rozumie i wykazuje potrzebę doształcania się i podnoszenia własnych kompetencji i podejmuje ku temu działania; rozumie i wykazuje potrzebę organizowania procesu uczenia się innych osób; okazuje tolerancję i akceptację w stosunku do odmiennych uwarunkowań kulturowych i społecznych; wykazuje chęci aby propagować zdrowy styl życia i realizuje je.

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	A1_W11 A1_U13	C1–C3	W1–W3 ĆW1–ĆW4	M1–M5	F1, P1
EK2	A1_K2, A1_K3 A1_K10, A1_K13	C1–C3	W1–W3 ĆW1–ĆW4	M1–M5	F1, P1

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Karski J., <i>Praktyka i teoria promocji zdrowia</i> , Wydanie V, Warszawa 2011.
2.	Woynarowska B., <i>Edukacja zdrowotna</i> , PWN, Warszawa 2018.
3.	Borzucka-Sitkiewicz K., <i>Promocja zdrowia i edukacja zdrowotna</i> , IMPULS, Kraków 2006.

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Woynarowska B., <i>Zdrowie i szkoła</i> , PZWL, Warszawa 2000.
2.	Ostrowska A., <i>Styl życia a zdrowie</i> , IFiS PAN, Warszawa 1999.
3.	Shields M, Tremblay MS., <i>Sedentary behaviour and obesity</i> , „Health Reports” 2008, Vol 19, No2; 19-30.
4.	Patrick K, Norman GJ, Calfas KJ et. al., <i>Diet, physical activity and sedentary behaviors as risk factors for overweight In adolescence</i> , „Arch Pediatr Adolesc Med.” 2004, Vol 158, 385–390.
5.	Strony www: – <a href="https://www.ore.edu.pl/2010/06/edukacja-zdrowotna-2/">https://www.ore.edu.pl/2010/06/edukacja-zdrowotna-2/</a> – <a href="https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna">https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna</a> – <a href="https://www.who.int/topics/health_education/en/">https://www.who.int/topics/health_education/en/</a>

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejscość, data)

.....  
(kierownik zakładu)

.....  
(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)