

KARTA PRZEDMIOTU/MODUŁU/SYLABUS PRZEDMIOTOWY

I. Przedmiot i jego usytuowanie w systemie studiów

1. Jednostka prowadząca kierunek studiów	Instytut Nauk Technicznych
2. Nazwa kierunku studiów	Bezpieczeństwo i produkcja żywności
3. Forma prowadzenia studiów	stacjonarne
4. Profil studiów	praktyczny
5. Poziom kształcenia	studia I stopnia
6. Nazwa przedmiotu	Wychowanie fizyczne
7. Kod przedmiotu	A-7
8. Poziom/kategoria przedmiotu	przedmiot: kształcenia kierunkowego (pkk)
9. Status przedmiotu	Obowiązkowy/ fakultatywny
10. Usytuowanie przedmiotu w planie studiów	Rok I, Semestr 1 i 2
11. Język wykładowy	polski
12. Liczba punktów ECTS	0
13. Koordynator przedmiotu	mgr Rafał Korczyński
14. Odpowiedzialny za realizację przedmiotu	mgr Rafał Korczyński

2 Formy zajęć dydaktycznych i ich wymiar w planie studiów.

Wykład W	Ćwiczenia C	Konwersatorium K	Laboratorium L	Projekt P	Seminarium S	Praktyka PZ
-	60	-	-	-	-	-

3. Cele przedmiotu (opcjonalnie)

C 1 - Celem zajęć jest przyswojenie przez studenta podstawowej wiedzy i umiejętności z zakresu gier zespołowych, oraz umiejętności organizacji czasu wolnego spędzanego w formie aktywności ruchowej na poziomie rekreacyjnym na wolnym powietrzu, w obiektach sportowych – siłownia, basen, hala sportowa.

4. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji.

Brak

5. Efekty kształcenia dla przedmiotu, wraz z odniesieniem do kierunkowych efektów kształcenia.

Lp	Opis efektów kształcenia	Odniesienie do efektów kierunkowych do efektów obszarowych (MNiSW)
W_01	Posiada podstawową wiedzę na temat dbałości o zdrowie i prawidłowy rozwój psychosomatyczny organizmu, a także kształtowania odpowiednich postaw wobec kultury fizycznej w społeczeństwie	BPŻ_W01
U_01	Potrafi przeprowadzić rozgrzewkę i dobrać świadomie ćwiczenia podczas rozgrzewki ruchowej. Zna znaczenie wypoczynku czynnego i biernego.	BPŻ_U01 BPŻ_U04
U_02	Proponuje działania profilaktyczne, diagnostyczne i edukacyjne w zakresie kultury fizycznej oraz w zakresie dbałości o prawidłowy rozwój mentalny i fizyczny własnego organizmu.	BPŻ_U01 BPŻ_U04
K_01	Rozumie potrzebę doskonalenia swoich umiejętności zawodowych i stałego dokształcania się oraz dba o sprawność fizyczną.	BPŻ_K01
K_02	Jest zdolny do efektywnej pracy zespołowej.	BPŻ_K02

6. Treści kształcenia – oddzielnie dla każdej formy zajęć dydaktycznych

Ćwiczenia

Lp.	Tematyka zajęć – szczegółowy opis bloków tematycznych	Liczba godzin
C1	Piłka siatkowa – przyjęcia i odbicia piłki sposobem obręcz dolnym i górnym	2
C2	Piłka siatkowa – zagrywka dolna i górna zza linii 9m.	2
C3	Piłka siatkowa – małe gry 3x3,4x4	2
C4	Piłka siatkowa – gra szkolna	4
C5	Piłka siatkowa – gra właściwa	6
C6	Koszykówka – kozłowanie piłki po linii prostej, slalomem, prawa i lewą ręką	2
C7	Koszykówka – podania i chwyt.	2
C8	Koszykówka – rzuty do kosza z miejsca i z biegu	2
C9	Koszykówka – małe gry 2x2,3x3	2
C10	Koszykówka – gra szkolna	2
C11	Koszykówka – gra właściwa	6
C12	Piłka nożna – prowadzenie piłki po linii prostej, łamanej, slalomem	2
C13	Piłka nożna – podania i przyjęcia piłki	2
C14	Piłka nożna – małe gry 3x3	2
C15	Piłka nożna – gra właściwa	6
C16	Unihokej - prowadzenie piłki po linii prostej, slalomem	2
C17	Unihokej – podania i przyjęcia piłki	2
C18	Unihokej – prowadzeni piłki zakończone strzałem do bramki	2
C19	Unihokej – gra właściwa	2
C20	Tenis stołowy – odbicia piłki forhendem i bekhendem	2

C21	Tenis stołowy – gra pojedyncza i podwójna	4
C22	Rekreacja – badminton – gra pojedyncza i podwójna	2
Suma		60

7. Metody weryfikacji efektów kształcenia /w odniesieniu do poszczególnych efektów/

Efekt kształcenia	Forma weryfikacji						
	Zaliczenie ustne	Zaliczenie pisemne	Kolokwium	Projekt	Sprawdzian wejściowy	Sprawozdanie	Inne
W_01							obserwacja postawy
W_02							obserwacja postawy
U_01							obserwacja postawy
U_02							obserwacja postawy
U_03				X			
K_01							obserwacja postawy
K_02							obserwacja postawy

8. Narzędzia dydaktyczne

Realizacji zadań wychowania fizycznego (metody działania praktycznego)

1. Podające (**przyswajania**, odtwórcze, reprodukcyjne):

- naśladowcza-ściśła
- zadaniowa-ściśła
- programowego uczenia się i usprawniania

2. Poszukujące (**odkrywania**, usamodzielniające, problemowe, twórcze):

- bezpośredniej celowości ruchu
- metoda problemowa

3. Ekspresyjne (**przeżywania**; wyrabianie dyspozycji psychomotorycznych):

- zabawowa-naśladowcza
- zabawowa-klasyczna

Metody kształtowania sprawności fizycznej (metody treningowe)

1. Ciągła
2. Zmienna
3. Powtórzeniowa

9. Ocena osiągniętych efektów kształcenia

9.1. Sposoby oceny

Ocena formująca

F1	Obecność na zajęciach
F2	Aktywność na zajęciach

Ocena podsumowująca

P1	Zaliczenie przedmiotu na podstawie średniej zwykłej F1+F2
----	---

9.2. Kryteria oceny

Przedmiot zaliczany jest bez oceny.

10. Literatura podstawowa i uzupełniająca

a) literatura podstawowa:

1. Cendrowski Z., *Wakacje na sportowo*, Warszawa 1998.
2. Kałużny K., *Unihokej – zabawy i gry ruchowe*, Wrocław 2010.
3. Ljach W., Witkowski Z., *Ćwiczenia kształtujące koordynacyjne zdolności motoryczne w piłce nożnej*, Warszawa 2004.
4. *Zespołowe Gry sportowe*, Warszawa 1997.

b) literatura uzupełniająca:

1. Bukowiec M., *Wypisy do ćwiczeń z teorii wychowania fizycznego*, Kraków 1995.
2. Grabowski H., *Teoria wychowania fizycznego*, Kraków 1994.
3. Janikowska-Siatka M., *Materiały pomocnicze do ćwiczeń z metodyki wychowania fizycznego*, Kraków 1996.

11. Macierz realizacji przedmiotu

Symbol efektu kształcenia	Odniesienie efektu do efektów zdefiniowanych dla programu	Cele Przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia dydaktyczne	Sposoby oceny
W_01	BPŻ_W01	C 1,	C_1-22	ćwiczenia	obserwacja postawy
W_02	BPŻ_W03	C 1,	C_1-22	ćwiczenia	obserwacja postawy
U_01	BPŻ_U01 BPŻ_U02	C 1,	C_1-22	ćwiczenia	obserwacja postawy
U_02	BPŻ_U03 BPŻ_U04	C 1,	C_1-22	ćwiczenia	obserwacja postawy
K_01	BPŻ_K01 BPŻ_K02	C 1,	C_1-22	ćwiczenia	obserwacja postawy
K_02	BPŻ_K03 BPŻ_K04	C 1,	C_1-22	ćwiczenia	obserwacja postawy

12. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Udział w wykładach	0
Udział w ćwiczeniach	60
Udział w konwersatoriach/laboratoriach	0

Udział nauczyciela akademickiego w egzaminie	0
Udział w konsultacjach	2
Suma godzin kontaktowych	62
Samodzielne studiowanie treści wykładów	0
Samodzielne przygotowanie do ćwiczeń	2
Udział w konsultacjach	2
Przygotowanie do egzaminu i kolokwium	0
Suma godzin pracy własnej studenta	2
Sumaryczne obciążenie studenta	
Liczba punktów ECTS za przedmiot	0
Obciążenie studenta zajęciami praktycznymi	60 h
Liczba punktów ECTS za zajęcia praktyczne,	0

13. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji.

Odpowiedzialny za przedmiot:

Dyrektor Instytutu:

Przemyśl, dnia 30.09.2017 .