## Karta modułu/przedmiotu

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Wypełnia Zespół Kierunku | Nazwa modułu (bloku przedmiotów):  **Przedmioty kształcenia ogólnego** | | | | | | | Kod modułu: A | | |
| Nazwa przedmiotu:  **Wychowanie fizyczne** | | | | | | | Kod przedmiotu: A/2 | | |
| Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot / moduł:  **Instytut Pedagogiczno-Językowy** | | | | | | | | | |
| Nazwa kierunku:  **filologia polska** | | | | | | | | | |
| Forma studiów:  **stacjonarne** | | | Profil kształcenia:  **praktyczny** | | | Poziom kształcenia  **studia I stopnia** | | | |
| Rok / semestr:  **I/ 1** | | | Status przedmiotu /modułu:  **obowiązkowy** | | | Język przedmiotu / modułu:  **polski** | | | |
| Forma zajęć | wykład | ćwiczenia | | laboratorium | projekt | | | seminarium | inne  (wpisać jakie) |
| Wymiar zajęć |  | **30** | |  |  | | |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Koordynator przedmiotu / modułu | mgr J. Światkowski |
| Prowadzący zajęcia | mgr H. Szumna, mgr J. Światkowski, mgr A. Jażdżyński, mgr A. Misiewicz, mgr R. Podhorodecki |
| Cel przedmiotu / modułu | Uświadomienie wagi kultury fizycznej w życiu człowieka i utrwalenie nawyku czynnego wypoczynku. |
| Wymagania wstępne | Student jest zdrowy i sprawny fizycznie. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **EFEKTY UCZENIA SIĘ** | | | |
| Nr efektu uczenia się/ grupy efektów | Opis efektu uczenia się | | Kod kierunkowego efektu  uczenia się |
| **Wiedza** | | | |
| 01 | Student zna zasady gier zespołowych: piłki siatkowej, piłki koszykowej, unihokeja, piłki nożnej. | | K1P\_W15 |
| 02 | Student wymienia różne formy rekreacji. | | K1P\_W15 |
| **Umiejętności** | | | |
| 03 | Student wykonuje zestawy ćwiczeń prezentowane przez prowadzącego, podczas zajęć wychowania fizycznego. | | K1P\_U17 |
| 04 | Student wybiera prawidłowe czynności ruchowe, obciążenia oraz ich intensyfikację do procesu samodoskonalenia sprawności fizycznej, rozwoju fizycznego i rekreacji; w czasie zajęć student prezentuje poznane wcześniej zasady i przepisy gier sportowych i zabaw ruchowych; wykorzystuje walory zdrowotne, rekreacyjne i sportowe nauczonych dyscyplin sportowych w organizacji swojego czasu wolnego. | | K1P\_U17 |
| 05 | Student proponuje różne formy rekreacji dla współćwiczących. | | K1P\_U16 |
| 06 | Swoją postawą sportową student wpływa na działanie grupy. | | K1P\_U17 |
| 07 | Student demonstruje sobą zachowanie „fair play” na zajęciach wychowania fizycznego. | | K1P\_U17 |
| 08 | Student integruje grupę studentów podczas wspólnych zajęć sportowo-rekreacyjnych. | | K1P\_U17 |
| **Kompetencje społeczne** | | | |
| 09 | Student ocenia swoją sprawność fizyczną i możliwości ruchowe. | | K1P\_K02 |
| 10 | Student wybiera właściwą dla siebie formę rekreacji oraz stosuje się do poznanych zasad gier i zabaw sportowych | | K1P\_K02 |
| **TREŚCI PROGRAMOWE** | | | |
| **Wykład** | | | |
|  | | | |
| **Ćwiczenia** | | | |
| 1. Doskonalenie elementów technicznych i taktycznych w grach zespołowych (piłka ręczna, piłka nożna, piłka siatkowa, piłka koszykowa, unihokej).  2. Gry i zabawy ruchowe - kształtowanie cech motorycznych, umiejętności współdziałania w zespole  i zdrowej rywalizacji.  3. Doskonalenie umiejętności sportowych w wybranych sekcjach AZS PWSZ (sekcje: piłki nożnej, piłki siatkowej, tańca, jeździeckiej, turystycznej). | | | |
| Laboratorium | | | |
|  | | | |
| Projekt | | | |
|  | | | |
| Literatura podstawowa | | ------------------------------------------------------------ | |
| Literatura uzupełniająca | | ------------------------------------------------------------ | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Metody kształcenia | | Metody:  zabawowa ścisła  zadaniowa ścisła  zabawowa klasyczna  zabawowa naśladowcza | |
| Metody weryfikacji efektów uczenia się | | | Nr efektu uczenia się /grupy efektów |
| Ocena cząstkowa: aktywność na zajęciach | | | 01 – 07 |
| Ocena formująca: sportowe zachowanie „fair play” | | | 08, 09, 10 |
| Forma i warunki zaliczenia | Zaliczenie na ocenę:  - obecność na zajęciach (70%)  - aktywność na zajęciach (15%)  - sportowe zachowanie „fair play” (15%) | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NAKŁAD PRACY STUDENTA** | | |
| Rodzaj działań/zajęć | Liczba godzin | |
| Ogółem | W tym zajęcia powiązane  z praktycznym przygotowaniem zawodowym |
| Udział w wykładach |  |  |
| Samodzielne studiowanie |  |  |
| Udział w ćwiczeniach audytoryjnych i laboratoryjnych, warsztatach, seminariach | 30 |  |
| Samodzielne przygotowywanie się do ćwiczeń |  |  |
| Przygotowanie projektu / eseju / itp. |  |  |
| Przygotowanie się do egzaminu / zaliczenia |  |  |
| Udział w konsultacjach |  |  |
| Inne |  |  |
| **ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz.** | 30 |  |
| **Liczba punktów ECTS za przedmiot** |  | |
| **Liczba punktów ECTS przypisana do dyscypliny naukowej** |  | |
| Liczba punktów ECTS związana z zajęciami praktycznymi |  | |
| Liczba punktów ECTS za zajęciach wymagające bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich |  | |

## Karta modułu/przedmiotu

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Wypełnia Zespół Kierunku | Nazwa modułu (bloku przedmiotów): **Przedmioty kształcenia ogólnego** | | | | | | | Kod modułu: A | | |
| Nazwa przedmiotu:  **Wychowanie fizyczne** | | | | | | | Kod przedmiotu: A/2 | | |
| Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot / moduł:  **Instytut Pedagogiczno-Językowy** | | | | | | | | | |
| Nazwa kierunku: **filologia polska** | | | | | | | | | |
| Forma studiów:  **stacjonarne** | | | Profil kształcenia:  **praktyczny** | | | Poziom kształcenia  **studia I stopnia** | | | |
| Rok / semestr:  **I/ 2** | | | Status przedmiotu /modułu:  **obowiązkowy** | | | Język przedmiotu / modułu:  **polski** | | | |
| Forma zajęć | wykład | ćwiczenia | | laboratorium | projekt | | | seminarium | inne  (wpisać jakie) |
| Wymiar zajęć |  | **30** | |  |  | | |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Koordynator przedmiotu / modułu | mgr Janusz Światkowski |
| Prowadzący zajęcia | mgr H. Szumna, mgr J. Światkowski, mgr A. Jażdżyński,  mgr A. Misiewicz, mgr R. Podhorodecki |
| Cel przedmiotu / modułu | Uświadomienie wagi kultury fizycznej w życiu człowieka i utrwalenie nawyku czynnego wypoczynku. |
| Wymagania wstępne | Student jest zdrowy i sprawny fizycznie. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **EFEKTY UCZENIA SIĘ** | | |
| Nr efektu uczenia się/ grupy efektów | Opis efektu uczenia się | Kod kierunkowego efektu  uczenia się |
| **Wiedza** | | |
| 01 | Student zna zasady gier zespołowych: piłki siatkowej, piłki koszykowej, unihokeja, piłki nożnej. | K1P\_W15 |
| 02 | Student wymienia różne formy rekreacji. | K1P\_W15 |
| **Umiejętności** | | |
| 03 | Student wykonuje zestawy ćwiczeń prezentowane przez prowadzącego, podczas zajęć wychowania fizycznego. | K1P\_U17 |
| 04 | Student wybiera prawidłowe czynności ruchowe, obciążenia oraz ich intensyfikację do procesu samodoskonalenia sprawności fizycznej, rozwoju fizycznego i rekreacji; w czasie zajęć student prezentuje poznane wcześniej zasady i przepisy gier sportowych i zabaw ruchowych; wykorzystuje walory zdrowotne, rekreacyjne i sportowe nauczonych dyscyplin sportowych w organizacji swojego czasu wolnego. | K1P\_U17 |
| 05 | Student proponuje różne formy rekreacji dla współćwiczących. | K1P\_U17 |
| 06 | Swoją postawą sportową student wpływa na działanie grupy. | K1P\_U17 |
| 07 | Student demonstruje sobą zachowanie „fair play” na zajęciach wychowania fizycznego. | K1P\_U17 |
| 08 | Student integruje grupę studentów podczas wspólnych zajęć sportowo-rekreacyjnych. | K1P\_U17 |
| **Kompetencje społeczne** | | |
| 09 | Student ocenia swoją sprawność fizyczną i możliwości ruchowe. | K1P\_K02 |
| 10 | Student wybiera właściwą dla siebie formę rekreacji oraz stosuje się do poznanych zasad gier i zabaw sportowych | K1P\_K02 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TREŚCI PROGRAMOWE** | | | |
| **Wykład** | | | |
|  | | | |
| **Ćwiczenia** | | | |
| 1. Doskonalenie elementów technicznych i taktycznych w grach zespołowych (piłka ręczna, piłka nożna, piłka siatkowa, piłka koszykowa, unihokej).  2. Gry i zabawy ruchowe - kształtowanie cech motorycznych, umiejętności współdziałania w zespole  i zdrowej rywalizacji.  3. Doskonalenie umiejętności sportowych w wybranych sekcjach AZS PWSZ ( sekcje: piłki nożnej, piłki siatkowej, tańca, jeździeckiej, turystycznej). | | | |
| Laboratorium | | | |
|  | | | |
| Projekt | | | |
|  | | | |
| Literatura podstawowa | | ------------------------------------------------------------ | |
| Literatura uzupełniająca | | ------------------------------------------------------------ | |
| Metody kształcenia | | Metody:  zabawowa ścisła  zadaniowa ścisła  zabawowa klasyczna  zabawowa naśladowcza | |
| Metody weryfikacji efektów uczenia się | | | Nr efektu uczenia się /grupy efektów |
| Ocena cząstkowa: aktywność na zajęciach | | | 01 – 07 |
| Ocena formująca: sportowe zachowanie „fair play” | | | 08, 09, 10 |
| Forma i warunki zaliczenia | Zaliczenie na ocenę:  - obecność na zajęciach (70%)  - aktywność na zajęciach (15%)  - sportowe zachowanie „fair play” (15%) | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NAKŁAD PRACY STUDENTA** | | |
| Rodzaj działań/zajęć | Liczba godzin | |
| Ogółem | W tym zajęcia powiązane  z praktycznym przygotowaniem zawodowym |
| Udział w wykładach |  |  |
| Samodzielne studiowanie |  |  |
| Udział w ćwiczeniach audytoryjnych i laboratoryjnych, warsztatach, seminariach | 30 |  |
| Samodzielne przygotowywanie się do ćwiczeń |  |  |
| Przygotowanie projektu / eseju / itp. |  |  |
| Przygotowanie się do egzaminu / zaliczenia |  |  |
| Udział w konsultacjach |  |  |
| Inne |  |  |
| **ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz.** | 30 |  |
| **Liczba punktów ECTS za przedmiot** |  | |
| **Liczba punktów ECTS przypisana do dyscypliny naukowej** |  | |
| Liczba punktów ECTS związana z zajęciami praktycznymi |  | |
| Liczba punktów ECTS za zajęciach wymagające bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich |  | |