

Rok akademicki:		Grupa przedmiotów		Numer katalogowy:	
-----------------	--	-------------------	--	-------------------	--

Nazwa przedmiotu ¹⁾ :	Wychowanie fizyczne			ECTS ²⁾	1
Tłumaczenie nazwy na jęz. angielski ³⁾ :	Physical education				
Kierunek studiów ⁴⁾ :	Turystyka i rekreacja				
Koordynator przedmiotu ⁵⁾ :	mgr Jolanta Paluch				
Prowadzący zajęcia ⁶⁾ :	Pracownicy Studium Wychowania Fizycznego				
Jednostka realizująca ⁷⁾ :	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu				
Wydział, dla którego przedmiot jest realizowany ⁸⁾ :	Wydział Nauk Ekonomicznych				
Status przedmiotu ⁹⁾ :	a) przedmiot	b) stopień	c) rok	d) forma studiów	
	podstawowy	I	1	stacjonarne / niestacjonarne	
Cykl dydaktyczny ¹⁰⁾ :	a) semestr		b) Jęz. wykładowy ¹¹⁾		
	stacjonarne: zimowy i letni; niestacjonarne: letni		polski		
Założenia i cele przedmiotu ¹²⁾ :	Celem przedmiotu jest: Kształtowanie świadomej postawy wobec kultury fizycznej i stworzenie wizerunku aktywności ruchowej jako elementu życia człowieka, niezbędnego do prawidłowego funkcjonowania organizmu; dostosowanie form ruchu do możliwości psychofizycznych i zainteresowań studentów z zachowaniem zasad bezpieczeństwa; podnoszenie sprawności fizycznej i wydolności organizmu, poprawa postawy ciała, doskonalenie zdolności motorycznych, przyzwyczajenie do systematycznych ćwiczeń; zapoznanie z wieloma rodzajami aktywności fizycznej; nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem, uczestnictwo we współzawodnictwie sportowym, doskonalenie umiejętności współpracy w zespole.				
Formy dydaktyczne, liczba godzin ¹³⁾ :	a) forma dydaktyczna		b) liczba godzin (stacjonarne i niestacjonarne)		
	a1) wykład				
	a2) ćwiczenia audytoryjne		po 30 h w semestrze 27		
	a3) ćwiczenia projektowe				
Metody dydaktyczne ¹⁴⁾ :	a4) ćwiczenia terenowe				
	dyskusja		eksperyment		
	projekt badawczy		studium przypadku		
	rozwiązywanie problemu		gry symulacyjne		
	analiza i interpretacja tekstów źródłowych		indywidualne projekty studenckie		
	konsultacje		objaśnienie, pokaz, nauczanie techniki: w formie zabawowej, ścisłej, zadaniowej; nauczanie taktyki we fragmentach gry, gry szkolnej i właściwej		T
	inne...		inne ...		
Pełny opis przedmiotu ¹⁵⁾ :	inne...				
	A. wykłady B. ćwiczenia Dyscypliny sportowe realizowane w ramach zajęć: aerobik, siłownia, gry zespołowe /siatkówka, koszykówka/, badminton, pływanie, lekka atletyka, gry i zabawy. Treści zajęć realizowane są na podstawie autorskich programów nauczycieli Studium WFIS w oparciu o wytyczne wynikające z celów wychowania fizycznego i zdrowotnego, kultury fizycznej oraz ramowego programu Studium. Gry zespołowe- podstawowe elementy techniki i elementy taktyki w grach. Pływanie – umiejętności, które pozwalają na swobodne stosowanie tej formy ruchowej w dalszym życiu Siłownia - zestaw ćwiczeń na przyrządach i z przyborami. Stosowanie programu kształtującego określone partie mięśniowe. Aerobik - podstawowe kroki low i high, wykorzystanie ich w prostych układach choreograficznych. Badminton –podstawowe elementy techniki i zastosowanie ich w grze Gry i zabawy –samodzielnie zorganizowanie i przeprowadzenie wybranej gry rekreacyjnej. Lekka atletyka –podstawowe elementy konkurencji lekkoatletycznych.				

Wymagania formalne (przedmioty wprowadzające) ¹⁶⁾ :				
Założenia wstępne ¹⁷⁾ :				
Efekty kształcenia ¹⁸⁾ : (z kolejnymi numerami, 01, 02, 03 itd.)	01 - Zna potrzeby organizmu i formy aktywności fizycznej w utrzymaniu zdrowia, jak również konsekwencje i zagrożenia związane z brakiem aktywności ruchowej.		05 - Siłownia – potrafi opracować i zademonstrować zestaw ćwiczeń na przyrządach i z przyrządami. Umie zastosować własny program kształtujący określone partie mięśniowe.	
	02 - Zna różne formy aktywności ruchowej i potrafi zastosować je do aktualnego stanu zdrowia, możliwości fizycznych i wieku.		06 - Gry zespołowe (siatkówka, koszykówka, piłka nożna) – ma opanowane podstawowe elementy techniki i potrafi wykorzystać poznane elementy taktyki w grach.	
	03 - Zna zasady uczestnictwa w imprezach sportowych jako uczestnik, obserwator i organizator.		07 - Potrafi współdziałać w grupie i potrafi w niej przyjmować różne role - kreowania i wspierania postaw innych, wykonywania poleceń trenera, pedagoga, nauczyciela.	
	04 - Pływanie – osiąga poziom umiejętności na swobodne stosowanie tej formy ruchowej w dalszym życiu.		08 - Ma świadomość rozumienia relacji społecznych i umie to wykorzystać do osiągnięcia celów indywidualnych i zespołowych.	
Sposób weryfikacji efektów kształcenia ¹⁹⁾ :	kolokwium na zajęciach ćwiczeniowych		ocena wykonania zadania projektowego na zdefiniowany temat	
	praca pisemna przygotowywana w ramach pracy własnej studenta		ocena wynikająca z obserwacji w trakcie zajęć	
	ocena eksperymentów wykonywanych w trakcie zajęć		przygotowanie zespołowej analizy zdefiniowanego problemu	
	ocena wystąpień i prezentacji w trakcie zajęć		obserwacja w trakcie dyskusji zdefiniowanego problemu (aktywność)	
	egzamin pisemny		test komputerowy	
	egzamin ustny		systematyczny i aktywny udział w zajęciach	01.
	test wiadomości	02.	sprawdzian indywidualnych umiejętności technicznych	04, 05, 06
Forma dokumentacji osiągniętych efektów kształcenia ²⁰⁾ :	okresowe prace pisemne		imienne karty oceny studenta	
	złożone projekty		treść pytań egzaminacyjnych z oceną	
	inne...		inne..	
	inne...		inne..	
Elementy i wagi mające wpływ na ocenę końcową ²¹⁾ :	Element oceny	Waga w %	Element oceny	Waga w %
	kolokwium na zajęciach ćwiczeniowych		ocena wykonania zadania projektowego na zdefiniowany temat	
	praca pisemna przygotowywana w ramach pracy własnej studenta		ocena wynikająca z obserwacji w trakcie zajęć	
	ocena eksperymentów wykonywanych w trakcie zajęć		przygotowanie zespołowej analizy zdefiniowanego problemu	
	ocena wystąpień i prezentacji w trakcie zajęć		obserwacja w trakcie dyskusji zdefiniowanego problemu (aktywność)	
	egzamin pisemny		test	
	egzamin ustny		systematyczny i aktywny udział w zajęciach	30%
	sprawdzian z przepisów wybranych dyscyplin sportowych	10%	sprawdzian indywidualnych umiejętności technicznych	60%
Miejsce realizacji zajęć ²²⁾ :	Obiekty sportowe SGGW			

Literatura podstawowa i uzupełniająca²³⁾:

1. Podręczniki metodyczne i przepisy dyscyplin sportowych podane przez nauczycieli w programach autorskich.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.

UWAGI²⁴⁾: