

**Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu**

**KARTA PRZEDMIOTU / MODUŁU**

<b>1. Nazwa przedmiotu:</b>	Fakultet z wychowania fizycznego - fakultet ogólnorozwojowy			
<b>2. Kod przedmiotu:</b>	FGN-14, FGT-14			
<b>3. Okres ważności karty:</b>	2012-2015			
<b>4. Forma kształcenia:</b>	studia pierwszego stopnia			
<b>5. Forma studiów:</b>	studia stacjonarne			
<b>6. Kierunek studiów:</b>	filologia			
<b>7. Profil studiów:</b>	praktyczny			
<b>8. Specjalność:</b>	filologia germańska nauczycielska filologia germańska translatorska			
<b>9. Semestr:</b>	3, 4			
<b>10. Jedn. prowadz. przedmiot:</b>	Instytut Kultury Fizycznej			
<b>11. Prowadzący przedmiot:</b>	mgr Joanna Sokołowska			
<b>12. Grupa przedmiotów:</b>	treści uzupełniające			
<b>13. Status przedmiotu:</b>	do wyboru			
<b>14. Język prowadzenia zajęć:</b>	polski			
<b>15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:</b>				
Brak grupa początkująca				
<b>16. Cel przedmiotu:</b>				
Celem przedmiotu jest zapoznanie studentów z różnymi formami aktywności ruchowej praktycznie i teoretycznie. Przedstawienie metodyki stosowanej w różnych formach zajęć ruchowych. Podniesienie sprawności fizycznej studentów i zdobywanie przez nich umiejętności w zakresie rekreacyjno- użytecznym.				
<b>17. Efekty kształcenia:</b>				
Ozn.	Opis efektu kształcenia	Metoda sprawdzenia efektu kształcenia	Forma prowadzenia zajęć	Odniesienie do efektów dla kierunku studiów
W	Zna elementarną terminologię używaną w kulturze fizycznej zna zasady promocji zdrowia i zdrowego stylu życia poprzez ruch, podtrzymywanie sprawności fizycznej. posiada wiedzę na temat indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowych	Zaliczenie praktyczne	Ćwiczenia	K_W01 K_W10
U	Potrafi posługiwać się podstawowym sprzętem używanym w kulturze fizycznej potrafi podjąć działania właściwe o charakterze sportowo – rekreacyjnym odpowiednim do swoich potrzeb	Zaliczenie praktyczne	Ćwiczenia	K_U01 K_U03 K_U04
K	Posiada przekonanie o wartości zdobytych umiejętności z zakresu ćwiczeń fizycznych poprawne wykonanie wybranych elementów sportowych, znajomość podstawowych ćwiczeń do kształtowania poprawnej sylwetki ciała, szerzenie zachowań prozdrowotnych, odniesienie zdobytych wiadomości w projektowaniu celów zawodowych i prywatnych	Zaliczenie praktyczne	Ćwiczenia	K_K03 K_K04 K_K05
<b>18. Formy i wymiar zajęć:</b>		Ćwiczenia: 60 h		

<b>19. Treści kształcenia:</b>			
Podstawowa terminologia stosowana na zajęciach wychowania fizycznego. Kształtowanie zdolności motorycznych poprzez uczestnictwo studentów w różnych formach aktywności ruchowych. Zdobywanie nowych umiejętności z zakresu piłki siatkowej, nożnej, gimnastyki (przewroty, przerzuty, pady, stanie na rękach i głowie). Zasady BHP obowiązujące na zajęciach i obiektach sportowych. Zajęcia organizacyjne. Ogólna charakterystyka przedmiotu. Zasady BHP na zajęciach, obowiązki, regulamin obiektów sportowych. Ćwiczenia kształtujące zdolności motoryczne (siła, szybkość, wytrzymałość, koordynację, gibkość). Gry i zabawy na wesoło Gry i zabawy rzutne Zaliczenie praktyczne wybranych elementów			
<b>20. Egzamin:</b>		z/o	
<b>21. Literatura podstawowa:</b>			
Paul Wilson: Technika wyciszenia, Klub dla Ciebie, Warszawa 2003 Bondarowicz M., Zabawy w grach sportowych, WSiP, Warszawa 1995 Trześniewski R., Zabawy i gry ruchowe, WSiP, Warszawa 2005			
<b>22. Literatura uzupełniająca:</b>			
Czasopisma „Lider”, „Wychowanie Fizyczne w Szkole”, „Życie Szkoły”			
<b>23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:</b>			
<b>Lp.</b>	<b>Forma zajęć</b>	<b>Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta</b>	
1	Wykład		
2	Ćwiczenia	60	
3	Laboratorium		
4	Projekt		
5	Seminarium		
6	Inne/praca własna	8	
<b>Suma godzin</b>		<b>68</b>	
<b>24. Suma wszystkich godzin:</b>		68	<b>25. Liczba punktów ECTS:</b>
			2
<b>26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego:</b>		2	<b>27. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach o charakterze praktycznym (laboratoria, projekty):</b>
<b>28. Uwagi:</b>			

Zatwierdzono:

.....  
(data i podpis prowadzącego)

.....  
(data i podpis)