

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu

KARTA PRZEDMIOTU / MODUŁU

1. Nazwa przedmiotu:	Fakultet z wychowania fizycznego - fakultet ogólnorozwojowy			
2. Kod przedmiotu:	FSC-16, FSR-16			
3. Okres ważności karty:	2012-2015			
4. Forma kształcenia:	studia pierwszego stopnia			
5. Forma studiów:	studia stacjonarne			
6. Kierunek studiów:	filologia			
7. Profil studiów:	praktyczny			
8. Specjalność:	filologia słowiańska – profil czeski filologia słowiańska – profil rosyjski			
9. Semestr:	3, 4			
10. Jedn. prowadz. przedmiot:	Instytut Kultury Fizycznej			
11. Prowadzący przedmiot:	mgr Joanna Sokołowska			
12. Grupa przedmiotów:	treści uzupełniające			
13. Status przedmiotu:	do wyboru			
14. Język prowadzenia zajęć:	polski			
15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:				
Brak grupa początkująca				
16. Cel przedmiotu:				
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- użytkowym.				
17. Efekty kształcenia:				
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
18. Formy i wymiar zajęć:		Ćwiczenia: 60 h		

19. Treści kształcenia:			
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			
20. Egzamin:		z/o	
21. Literatura podstawowa:			
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			
22. Literatura uzupełniająca:			
Czasopisma „Lider”, „Wychowanie Fizyczne w Szkole”, „Życie Szkoły”			
23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:			
Lp.	Forma zajęć	Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta	
1	Wykład		
2	Ćwiczenia	60	
3	Laboratorium		
4	Projekt		
5	Seminarium		
6	Inne/praca własna	8	
Suma godzin		68	
24. Suma wszystkich godzin:		68	25. Liczba punktów ECTS:
			2
26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego:		2	27. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach o charakterze praktycznym (laboratoria, projekty):
28. Uwagi:			

Zatwierdzono:

.....
(data i podpis prowadzącego)

.....
(data i podpis)