

KARTA PRZEDMIOTU

1. Nazwa przedmiotu: WYCHOWANIE FIZYCZNE		2. Kod przedmiotu: MK_01		
3. Karta przedmiotu ważna od roku akademickiego: 2012/2013				
4. Forma kształcenia:		studia pierwszego stopnia		
5. Forma studiów:		studia stacjonarne		
6. Kierunek studiów:		INFORMATYKA (RAU)		
7. Profil studiów:		ogólnoakademicki		
8. Specjalność: -				
9. Semestr:		1, 2, 3		
10. Jednostka prowadząca przedmiot:		Ośrodek Sportu (RJM2)		
11. Prowadzący przedmiot:		doc. dr Krzysztof Czapla		
12. Przynależność do grupy przedmiotów:		przedmioty wspólne		
13. Status przedmiotu:		obowiązkowy		
14. Język prowadzenia zajęć:		polski		
15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne: Aktywność ruchowa, sprawność fizyczna, dyscypliny sportu, zdrowie.				
16. Cel przedmiotu: 1. Skuteczne oddziaływanie i wpływanie w procesie wychowania fizycznego na osobowość i ciało studenta. 2. Troska o zdrowie i rozumienie znaczenia aktywności ruchowej o charakterze rekreacyjnym (w ramach regularnej aktywności) i sportowym. 3. Dbalność o sprawność fizyczną i przygotowanie do działań całonocnej aktywności ruchowej oraz ochrona zdrowia własnego i innych. 4. Poznanie znaczenia sportów zespołowych i sportów indywidualnych. 5. Rola gier zespołowych, sportów indywidualnych i zajęć muzyczno-ruchowych w rozwoju psychofizycznym człowieka.				
17. Efekty kształcenia:¹				
Nr	Opis efektu kształcenia	Metoda sprawdzenia efektu kształcenia	Forma prowadzenia zajęć	Odniesienie do efektów dla kierunku studiów
W1	Posiada wiedzę z zakresu budowy i funkcji organizmu. Rozróżnia pojęcia określające sprawność fizyczną.	SP	C	
U1	Potrafi wykonać ćwiczenia z zakresu wybranej dyscypliny sportowej.	Sprawdzian praktyczny	C	
K1	Potrafi wykorzystać posiadaną wiedzę do pracy indywidualnej i zespołowej..	SP	C	K1A_K02
K2	Potrafi dobrać ćwiczenia pomocne do wykonywania zadań w pracy zawodowej.	SP	C	K1A_K05 K1A_K07

¹ należy wskazać ok. 5 – 8 efektów kształcenia

18. Formy zajęć dydaktycznych i ich wymiar (liczba godzin)

	W.	L.	Ćw.
Sem. 1	-	-	30
Sem. 2	-	-	30
Sem. 3	-	-	30

19. Treści kształcenia:

- Gry sportowe i sporty indywidualne (siatkówka, koszykówka, piłka nożna, piłka ręczna, curling) jako środki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka.
- Przygotowanie do uczestnictwa w życiu społecznym (towarzyskim) oraz ogólnie rozumianej kulturze fizycznej.
- Elementy taktyki w grach zespołowych.
- Sporty indywidualne :
 - gimnastyka – ćwiczenia kształtujące, ćwiczenia i zabawy gimnastyczne jako środek wspierający (wzmacniający) rozwój psychofizyczny człowieka.
 - lekkoatletyka – ćwiczenia i zabawy lekkoatletyczne jako środek wspierający rozwój psychofizyczny człowieka. Elementy techniki wykonania wybranych konkurencji lekkoatletycznych.
 - pływanie – ćwiczenia i zabawy w wodzie jako środek wspierający rozwój psychofizyczny człowieka. Technika podstawowych stylów pływackich. Podstawowe zasady ratowania tonącego.
 - tenis ziemny, tenis stołowy, judo, fitness, ćwiczenia i zabawy jako środek wzmacniający rozwój psychofizyczny człowieka. Technika podstawowych elementów gry i ćwiczeń.

20. Egzamin: nie**21. Literatura podstawowa:**

- Ogólnodostępne wydawnictwa z zakresu kultury fizycznej.

22. Literatura uzupełniająca:

- Ogólnodostępne wydawnictwa z zakresu dyscypliny sportowej.

23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia

Lp.	Forma zajęć	Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta
1	Wykład	- / -
2	Ćwiczenia	90 / -
3	Laboratorium	- / -
4	Projekt	- / -
5	Seminarium	- / -
6	Inne (egzamin)	- / -
	Suma godzin	90 / -

24. Suma wszystkich godzin: 90**25. Liczba punktów ECTS:² 3****26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego:** 3**27. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach o charakterze praktycznym (laboratoria, projekty):** 0

26. Uwagi: Studenci czasowo zwolnieni przez lekarza uczestniczą w zajęciach teoretycznych lub teoretycznych i częściowo praktycznych w zależności od przyczyny zwolnienia.

² 1 punkt ECTS – 25 - 30 godzin.

Zatwierdzono:

.....
(data i podpis prowadzącego)

.....
(data i podpis dyrektora instytutu/kierownika katedry/
Dyrektora Kolegium Języków Obcych/kierownika lub
dyrektora jednostki międzywydziałowej)