

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2023/2024**INFORMACJE OGÓLNE****1. Nazwa przedmiotu** Wychowanie fizyczne**2. Nazwa kierunku** Finanse i Rachunkowość**3. Poziom studiów** pierwszego stopnia**4. Liczba punktów ECTS** 0**5. Liczba godzin w semestrze**

semestr	w	ćw	lab/lek	prj/zp	pws	prk
I	-	30	-	-	-	-
II	-	30	-	-	-	-

6. Język wykładowy polski**7. Wykładowca** mgr Justyna Sadowska**INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE****8. Wymagania wstępne**

1. Brak przeciwwskazań do aktywności fizycznej

9. Cele przedmiotu

C1 Zapoznanie studentów z podstawowymi zasadami bhp podczas zajęć ruchowych indywidualnych i grupowych

C2 Zapoznanie studentów z różnymi formami aktywności fizycznej

C3 Ukształtowanie postawy świadomego uczestnictwa w różnych formach aktywności sportowo-rekreacyjnej w czasie studiów oraz po zakończeniu edukacji dla zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego

10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

Student, który zaliczył przedmiot:

odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się

KOMPETENCJE SPOŁECZNE

EU01 Jest gotów współpracować w grupie, przyjmując w niej różne role.

K_K06

11. Treści programowe**Forma zajęć – Ćwiczenia**

Zajęcia z wychowania fizycznego obejmują różne formy aktywności fizycznej z uwzględnieniem metodyki poszczególnych dyscyplin sportu. Program zajęć obejmuje:

- 1) atletykę terenową – marszobieg, marsz z kijami Nordic Walking;
- 2) gry zespołowe – siatkówkę, koszykówkę, piłkę nożną, piłkę ręczną;
- 3) fitness, ćwiczenia siłowe – ćwiczenia wzmacniające mięśnie i kształtujące prawidłową postawę;
- 4) gry i zabawy rekreacyjne;
- 5) tenis stołowy.

12. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Pokaz i objaśnienie	
2. Metoda naśladowcza ścisła, zadaniowa, programowego uczenia się, bezpośredniej celowości ruchu	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
1. Aktywny udział w zajęciach	
2. Obecność na zajęciach	
14. Obciążenie pracą studenta	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	60
2. Nakład pracy studenta	5
suma	65
liczba punktów ECTS	0
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Owczarek S., Bondarowicz M.: Zabawy i gry ruchowe. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2017	
2. Turystyka i sport dla wszystkich w promocji zdrowego stylu życia / red. Władysław Włodzimierz Gaworecki, Zbigniew Mroczyński. Gdańsk : Wyższa Szkoła Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku : Fundacja Rozwoju Uniwersytetu Gdańskiego, 2008	
Literatura uzupełniająca:	
1. Rekreacja ruchowa w edukacji i promocji zdrowia. T.2 / red. Zofia Kubińska, Danuta Nałęcka. Biała Podlaska : Wydawnictwo PWSZ im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, 2009	
2. Wychowanie fizyczne i sport jako prawo człowieka i proces ciągłej edukacji = / red. nauk. Jerzy Nowocień, Krzysztof Zuchora ; AW F Józefa Piłsudskiego w Warszawie, Polska Akademia Olimpijska, Fundacja "Centrum Edukacji Olimpijskiej". Warszawa : A W F Józefa Piłsudskiego, 2014	
16. Formy oceny – szczegóły	
Zajęcia z wychowania fizycznego są obowiązkowe. Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: przedmiot kończy się zaliczeniem z oceną w semestrze I i II. Składowymi oceny są: aktywność i zaangażowanie podczas zajęć. Obecność na wszystkich zajęciach jest dodatkowym atutem podczas wystawienia oceny końcowej na semestr.	
17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1. Szczegółowych informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela Prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji.	
2. Informacje na temat miejsca odbywania zajęć: Zajęcia odbywają się w hali sportowej, siłowni, sali fitness i terenach zielonych przy Uczelni.	
3. Informacja na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina): Zajęcia odbywają się zgodnie z aktualnym planem zajęć.	
4. Informacja na temat konsultacji (godziny + miejsce): Terminy konsultacji zamieszczone są na stronie internetowej uczelni oraz w gablocie SWFiS w budynku Hali Sportowej.	