



Karta przedmiotu

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       |                                                      |            |       |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------|------------|-------|
| Nazwa i kod przedmiotu                   | Wychowanie fizyczne II, PG_00037009                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       |                                                      |            |       |
| Kierunek studiów                         | Fizyka Techniczna                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       |                                                      |            |       |
| Data rozpoczęcia studiów                 | październik 2020 r.                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Rok akademicki realizacji przedmiotu                                                                                                                                                                                                       |                        |                       | 2021/2022                                            |            |       |
| Poziom kształcenia                       | I stopnia - inżynierskie                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Grupa zajęć                                                                                                                                                                                                                                |                        |                       | Grupa zajęć obowiązkowych z zakresu kierunku studiów |            |       |
| Forma studiów                            | stacjonarne                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Sposób realizacji                                                                                                                                                                                                                          |                        |                       | na uczelni                                           |            |       |
| Rok studiów                              | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Język wykładowy                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       | polski                                               |            |       |
| Semestr studiów                          | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Liczba punktów ECTS                                                                                                                                                                                                                        |                        |                       | 0.0                                                  |            |       |
| Profil kształcenia                       | ogólnoakademicki                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Forma zaliczenia                                                                                                                                                                                                                           |                        |                       | zaliczenie                                           |            |       |
| Jednostka prowadząca                     | Prorektor ds. studenckich -> Centrum Sportu Akademickiego PG                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       |                                                      |            |       |
| Imię i nazwisko wykładowcy (wykładowców) | Odpowiedzialny za przedmiot                                                                                                                                                                                                                                                                                | mgr Kazimierz Rozwadowski                                                                                                                                                                                                                  |                        |                       |                                                      |            |       |
|                                          | Prowadzący zajęcia z przedmiotu                                                                                                                                                                                                                                                                            | dr Ryszard Mikołajewski<br>mgr Marta Parafiniuk<br>mgr Kazimierz Rozwadowski<br>mgr Barbara Gramacka<br>mgr Maria Zaborna<br>mgr Piotr Dłaj<br>mgr Grzegorz Bussler<br>mgr Andrzej Bussler<br>mgr Jakub Pankowski<br>mgr Krzysztof Kaszuba |                        |                       |                                                      |            |       |
| Formy zajęć i metody nauczania           | Forma zajęć                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wykład                                                                                                                                                                                                                                     | Ćwiczenia              | Laboratorium          | Projekt                                              | Seminarium | RAZEM |
|                                          | Liczba godzin zajęć                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 0.0                                                                                                                                                                                                                                        | 30.0                   | 0.0                   | 0.0                                                  | 0.0        | 30    |
|                                          | W tym liczba godzin zajęć na odległość: 0.0                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       |                                                      |            |       |
| Adresy na platformie eNauczanie:         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       |                                                      |            |       |
| Aktywność studenta i liczba godzin pracy | Aktywność studenta                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Udział w zajęciach dydaktycznych, objętych planem studiów                                                                                                                                                                                  | Udział w konsultacjach | Praca własna studenta | RAZEM                                                |            |       |
|                                          | Liczba godzin pracy studenta                                                                                                                                                                                                                                                                               | 30                                                                                                                                                                                                                                         | 0.0                    | 0.0                   | 30                                                   |            |       |
| Cel przedmiotu                           | Afirmowanie zdrowego stylu życia poprzez aktywność fizyczną.<br><br>Kształtowanie prawidłowej postawy ciała i rozwijanie sprawności fizycznej.<br><br>Poznanie podstawowych informacji o dyscyplinach sportowych.<br><br>Wdrożenie do wykorzystania posiadanej wiedzy, w celu wyboru aktywności fizycznej. |                                                                                                                                                                                                                                            |                        |                       |                                                      |            |       |

|                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Efekty uczenia się przedmiotu                                                                                                                                                                                              | Efekt kierunkowy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Efekt z przedmiotu                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Sposób weryfikacji i oceny efektu                                     |
|                                                                                                                                                                                                                            | [K6_W91] ma podstawową wiedzę z zakresu kultury fizycznej, anatomii i fizjologii oraz uznaje aktywność fizyczną, jako składnik szeroko rozumianej kultury                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia.                                                                                                                                                                         | [SW1] Ocena wiedzy faktograficznej                                    |
|                                                                                                                                                                                                                            | [K6_K91] dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej i układa plan treningowy umożliwiający mu poprawę sprawności ruchowej w różnych jej aspektach, zapewniający możliwość wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej związanej z kierunkiem studiów oraz uzyskania psychicznego odprężenia                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Student dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej i układa plan treningowy umożliwiający mu poprawę sprawności ruchowej w różnych jej aspektach, zapewniający możliwość odprężenia psychicznego. Organizuje, przeprowadza i sędziuje zawody sportowe. Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: Realizuje plan sanacji | [SK2] Ocena postępów pracy<br>[SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie |
| [K6_U91] posiada umiejętności ruchowe pozwalające na włączenie się w prozdrowotny styl życia z wyborem aktywności w zależności od wieku i wykonywanego zawodu oraz kształtowania postaw sprzyjających aktywności fizycznej | Demonstruje wybrane elementy techniczne poszczególnych dyscyplin sportowych (do wyboru: aerobik, judo, koszykówka, piłka ręczna, lekkoatletyka, piłka siatkowa, piłka nożna, piłka ręczna, pływanie, narciarstwo, tenis ziemny, tenis stołowy, wioślarstwo, żeglarstwo). Przepląwa 25 metrów dowolnym stylem                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | [SU1] Ocena realizacji zadania                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                       |
| Treści przedmiotu                                                                                                                                                                                                          | I. Kształtowanie zdolności motorycznych II. Kształtowanie umiejętności w zakresie sprawności ogólnej III. Nauczanie i doskonalenie elementów technicznych IV. Nauczanie i doskonalenie elementów taktycznych V. Przepisy gry oraz elementy organizacji zawodów sportowych VI. Zasady organizacji treningu sportowego VII. Mechanizmy fizjologiczne podczas wysiłku fizycznego Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: I. Przepisy gry oraz elementy organizacji zawodów sportowych II. Zasady organizacji treningu sportowego III. Mechanizmy fizjologiczne podczas wysiłku fizycznego IV. Realizacja planu sanacji |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |
| Wymagania wstępne i dodatkowe                                                                                                                                                                                              | a) Dobry stan zdrowia pozwalający na uczestnictwo w zajęciach ruchowych potwierdzony przez lekarza w badaniach okresowych. b) W przypadku osób zwolnionych z zajęć ruchowych zaświadczenie lekarskie wg zaleceń: <a href="http://www.csa.pg.gda.pl/images/stories/warunki%20zaliczenia.pdf">http://www.csa.pg.gda.pl/images/stories/warunki%20zaliczenia.pdf</a>                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |
| Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się                                                                                                                                                              | Sposób oceniania (składowe)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Próg zaliczeniowy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Składowa ocena końcowej                                               |
|                                                                                                                                                                                                                            | Aktywne uczestnictwo w zajęciach                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 80.0%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 75.0%                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                            | Egzamin pisemny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 50.0%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 25.0%                                                                 |
| Zalecana lista lektur                                                                                                                                                                                                      | Podstawowa lista lektur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1. Praca zbiorowa pod red. Kaszuby K., Rozwadowski K. i Bulińskiego P., Vademecum wychowania fizyczne dla studentów Politechniki Gdańskiej, Gdańsk, 2010 2. Opracowane przez nauczycieli (trenerów) programy zajęć.                                                                                                              |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                            | Uzupełniająca lista lektur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Nie ma wymagań                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                            | Adresy eZasobów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |
| Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania                                                                                                                                                          | Od którego etapu szkolenia zaczynamy uprawianie sportu?<br><br>Co to jest DOMS?<br><br>W jakim kraju zorganizowano pierwsze rozgrywki piłki nożnej?<br><br>Kto i w jakim kraju wymyślił koszykówkę?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |
| Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu                                                                                                                                                                                      | Nie dotyczy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |