



Karta przedmiotu

| | | | | | | | |
|--|--|---|------------------------|--------------|--|------------|-------|
| Nazwa i kod przedmiotu | Wychowanie fizyczne II, PG_00042887 | | | | | | |
| Kierunek studiów | Inżynieria środowiska | | | | | | |
| 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 | mgr Krzysztof Milusz mgr Barbara Gramacka mgr Maria Zaborna mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Ewa Kasprów mgr Rafał Kasprów mgr Marta Parafiniuk mgr Mirosław Szołucha dr Ryszard Mikołajewski mgr Jakub Pankowski mgr Grzegorz Bussler | | | | | |
| 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. Kształtowanie prawidłowej postawy ciała i rozwijanie sprawności fizycznej. Poznanie podstawowych informacji o dyscyplinach sportowych. 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_K91] dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej i układa plan treningowy umożliwiający mu poprawę sprawności ruchowej oraz uzyskanie 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 |
| | [K6_W91] ma podstawową wiedzę z zakresu kultury fizycznej, anatomii i fizjologii człowieka oraz uznaje aktywność fizyczną jako składnik szeroko rozumianej kultury (sport i rekreacja) | Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. | [SW2] Ocena wiedzy zawartej w prezentacji |
| | [K6_U91] posiada umiejętności ruchowe pozwalające na włączenie się w prozdrowotny styl życia z wyborem aktywności w zależności od wieku i wykonywanego zawodu oraz potrafi promować postawy sprzyjające 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: http://www.csa.pg.gda.pl/images/stories/warunki%20zaliczenia.pdf | | |
| Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się | Sposób oceniania (składowe) | Próg zaliczeniowy | Składowa oceny 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? Co to jest DOMS? W jakim kraju zorganizowano pierwsze rozgrywki piłki nożnej? Kto i w jakim kraju wymyślił koszykówkę? | | |
| Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu | Nie dotyczy | | |