POLITECHNIKA GDAŃSKA

Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Wychowanie fizyczne , PG_00048709		
Kierunek studiów	Inżynieria materiałowa, Inżynieria materiałowa, Inżynieria materiałowa		
Data rozpoczęcia studiów	październik 2021 r.	Rok akademicki realizacji przedmiotu	2022/2023
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 mgr Jakub Pankowski mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Andrzej 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						

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 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 [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie
[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.	[SW1] Ocena wiedzy faktograficznej
[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). Przepływa 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 osiąganych 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., Rozwadowskiego 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	Adresy na platformie eNauczanie:

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