



Karta przedmiotu

|  |  |   |           |                        |  |            |       |
|--|--|---|-----------|------------------------|--|------------|-------|
| Nazwa i kod przedmiotu                   | WYCHOWANIE FIZYCZNE II, PG_00038061  |   |           |                        |  |            |       |
| Kierunek studiów                         | Automatyka, robotyka i systemy sterowania  |   |           |                        |  |            |       |
| Data rozpoczęcia studiów                 | październik 2022 r.  | Rok akademicki realizacji przedmiotu                      |           |                        | 2023/2024  |            |       |
| 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 Kazimierz Rozwadowski                                 |           |                        |  |            |       |
| 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.<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_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 | [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie<br>[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.   | [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).<br>Przeływa 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.  |   |
|   | Uzupelniająca lista lektur  | Nie ma wymagań   |   |
|   | Adresy eZasobów   | Adresy na platformie eNauczanie:   |   |
| 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   |  |   |