



Karta przedmiotu

| | | | | | | | |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------|------------|-------|
| Nazwa i kod przedmiotu | WYCHOWANIE FIZYCZNE 1, PG_00058421 | | | | | | |
| Kierunek studiów | Ekonomia | | | | | | |
| Data rozpoczęcia studiów | październik 2022 r. | Rok akademicki realizacji przedmiotu | | 2022/2023 | | | |
| Poziom kształcenia | I stopnia - licencjackie | Grupa zajęć | | Grupa zajęć obowiązkowych z zakresu kierunku studiów | | | |
| Forma studiów | stacjonarne | Sposób realizacji | | na uczelni | | | |
| Rok studiów | 1 | Język wykładowy | | polski | | | |
| Semestr studiów | 2 | 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) | Od odpowiedzialny za przedmiot | mgr Kazimierz Rozwadowski | | | | | |
| | Prowadzący zajęcia z przedmiotu | mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Maria Zaborna mgr Dariusz Adamczyk mgr Barbara Gramacka mgr Marta Parafiniuk dr Ryszard Mikołajewski mgr Piotr Buliński | | | | | |
| 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] ma świadomość znaczenia rywalizacji sportowej prowadzonej w duchu fair play, z wykorzystaniem znajomości przepisów i techniczno-taktycznych aspektów wybranych dyscyplin sportowych | Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. 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) | | [SK3] Ocena umiejętności organizacji pracy [SK2] Ocena postępów pracy | | | |
| | [K6_K92] dostrzega znaczenie aktywności fizycznej i jej wpływ na prawidłowe funkcjonowanie organizmu i planuje działania na rzecz własnego zdrowia uwzględniające uwarunkowania anatomiczno-fizjologiczne | Student dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej i układa plan treningowy umożliwiający mu poprawę sprawności ruchowej w różnych jej aspektach, zapewniający możliwość odprężenia psychicznego. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: Dokonuje analizy własnego stanu zdrowia i wspólnie z lekarzem nauczycielem tworzy plan sanacji. | | [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie | | | |

| Treści przedmiotu | <p>Kształtowanie zdolności motorycznych Kształtowanie umiejętności w zakresie sprawności ogólnej Nauczanie i doskonalenie elementów technicznych Nauczanie i doskonalenie elementów taktycznych</p> <p>Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim:</p> <p>Mechanizmy fizjologiczne podczas wysiłku fizycznego Zasady organizacji treningu sportowego</p> | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------|----------------------------------|-------|-------|-----------------|-------|-------|--|--|
| Wymagania wstępne i dodatkowe | <p>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://csa.pg.edu.pl/documents/10877/fcbcd5df-d6ed-449e-b58e-f712b413148f</p> | | | | | | | | | | | |
| Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się | <table border="1" data-bbox="451 515 794 609"> <thead> <tr> <th>Sposób oceniania (składowe)</th> <th>Próg zaliczeniowy</th> <th>Składowa oceny końcowej</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Aktywne uczestnictwo w zajęciach</td> <td>80.0%</td> <td>75.0%</td> </tr> <tr> <td>Egzamin pisemny</td> <td>50.0%</td> <td>25.0%</td> </tr> </tbody> </table> | Sposób oceniania (składowe) | Próg zaliczeniowy | Składowa oceny końcowej | Aktywne uczestnictwo w zajęciach | 80.0% | 75.0% | Egzamin pisemny | 50.0% | 25.0% | | |
| 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 | <p>Podstawowa lista lektur</p> <p>Uzupełniająca lista lektur</p> <p>Adresy eZasobów</p> | <p>Praca zbiorowa pod red. Kaszuby K., Rozwadowskiego K. i Bulińskiego P., Vademecum wychowania fizyczne dla studentów Politechniki Gdańskiej, Gdańsk, 2010</p> <p>Opracowane przez nauczycieli (trenerów) programy zajęć.</p> | | | | | | | | | | |
| Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania | <p>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? Wymień oznaczenie tras narciarskich, szeregując je od najłatwiejszych do najtrudniejszych. Wymień rodzaje konkurencji lekkoatletycznych.</p> | | | | | | | | | | | |
| Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu | <p>Nie dotyczy</p> | | | | | | | | | | | |