



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Wychowanie fizyczne I, PG_00038786						
Kierunek studiów	Inżynieria środowiska, Energetyka, Inżynieria materiałowa, Informatyka, Elektronika i telekomunikacja, Inżynieria materiałowa, Inżynieria Mechaniczno-Medyczna, Mechatronika, Oceanotechnika, Mechanika i budowa maszyn, Inżynieria materiałowa, Transport i logistyka, Energetyka, Zarządzanie i inżynieria produkcji, Projektowanie i budowa jachtów, Energetyka						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2022 r.	Rok akademicki realizacji przedmiotu	2022/2023				
Poziom kształcenia	I stopnia - inżynierskie	Grupa zajęć					
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)	Odpowiedzialny za przedmiot	mgr Kazimierz Rozwadowski					
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu	mgr Marta Parafiniuk mgr Dariusz Adamczyk mgr Piotr Buliński mgr Barbara Gramacka mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Krzysztof Kaszuba dr Małgorzata Wołujewicz-Czerlonko dr Ryszard Mikołajewski mgr Rafał Kasprów mgr Maria Zaborna mgr Grzegorz Bussler mgr Krzysztof Milusz mgr Jakub Pankowski mgr Karolina Gronau-Karendys mgr Ewa Kasprów mgr Andrzej Bussler mgr Mirosław Szołucha mgr Piotr Dłaj mgr Piotr Marmóń					
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	<p>Efekt kierunkowy</p> <p>[K6_K92] dostrzega znaczenie aktywności fizycznej i jej wpływ na prawidłowe funkcjonowanie organizmu i planuje działania na rzecz własnego zdrowia uwzględniające uwarunkowania anatomiczno-fizjologiczne</p>	<p>Efekt z przedmiotu</p> <p>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.</p>	<p>Sposób weryfikacji i oceny efektu</p> <p>[SK3] Ocena umiejętności organizacji pracy</p>
	<p>[K6_K91] ma świadomość znaczenia rywalizacji sportowej prowadzonej w duchu fair play, z wykorzystaniem znajomości przepisów i techniczno-taktycznych aspektów wybranych dyscyplin sportowych</p>	<p>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.</p>	<p>[SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie [SK2] Ocena postępów pracy</p>
Treści przedmiotu	<p>I. Kształtowanie zdolności motorycznych II. Kształtowanie umiejętności w zakresie sprawności ogólnej III. Nauczanie i doskonalenie elementów technicznych IV. Nauczanie i doskonalenie elementów taktycznych Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: I. Mechanizmy fizjologiczne podczas wysiłku fizycznego II. 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: <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></p>		
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	Sposób oceniania (składowe)	Próg zaliczeniowy	Składowa oceny końcowej
	Egzamin pisemny	50.0%	25.0%
	Aktywne uczestnictwo w zajęciach	80.0%	75.0%
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		
Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania	<p>Od którego etapu szkolenia zaczynamy uprawianie sportu?</p> <p>Co to jest DOMS?</p> <p>W jakim kraju zorganizowano pierwsze rozgrywki piłki nożnej?</p> <p>Kto i w jakim kraju wymyślił koszykówkę?</p> <p>Wymień oznaczenie tras narciarskich, szeregując je od najłatwiejszych do najtrudniejszych.</p> <p>Wymień rodzaje konkurencji lekkoatletycznych.</p>		
Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu	Nie dotyczy		