



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Wychowanie fizyczne I, PG_00038786						
Kierunek studiów	Energetyka, Inżynieria Mechaniczno-Medyczna, Mechatronika, Mechanika i budowa maszyn, Energetyka, Zarządzanie i inżynieria produkcji, Energetyka						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2023 r.	Rok akademicki realizacji przedmiotu	2023/2024				
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 Maria Zaborna mgr Jakub Pankowski Włodzimierz Kubiak mgr Rafał Kasprów mgr Barbara Gramacka dr Ryszard Mikołajewski mgr Piotr Marmoń mgr Dariusz Adamczyk mgr Grzegorz Bussler mgr Krzysztof Milusz mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Andrzej Bussler Zofia Bulińska mgr Mirosław Szolucha mgr Piotr Buliński mgr Piotr Dłaj					
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	<p>Afirmowanie zdrowego stylu życia poprzez aktywność fizyczną.</p> <p>Kształtowanie prawidłowej postawy ciała i rozwijanie sprawności fizycznej.</p> <p>Poznanie podstawowych informacji o dyscyplinach sportowych.</p> <p>Wdrożenie do wykorzystania posiadanej wiedzy, w celu wyboru aktywności fizycznej.</p>											
Efekty uczenia się przedmiotu	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="459 394 786 427">Efekt kierunkowy</th> <th data-bbox="802 394 1145 427">Efekt z przedmiotu</th> <th data-bbox="1153 394 1487 427">Sposób weryfikacji i oceny efektu</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="459 439 786 786">[K6_K91] ma świadomość znaczenia rywalizacji sportowej prowadzonej w duchu fair play, z wykorzystaniem znajomości przepisów i techniczno-taktycznych aspektów wybranych dyscyplin sportowych</td> <td data-bbox="802 439 1145 786">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.</td> <td data-bbox="1153 439 1487 786">[SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie [SK2] Ocena postępów pracy</td> </tr> <tr> <td data-bbox="459 797 786 1149">[K6_K92] dostrzega znaczenie aktywności fizycznej i jej wpływ na prawidłowe funkcjonowanie organizmu i planuje działania na rzecz własnego zdrowia uwzględniające uwarunkowania anatomiczno-fizjologiczne</td> <td data-bbox="802 797 1145 1149">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.</td> <td data-bbox="1153 797 1487 1149">[SK3] Ocena umiejętności organizacji pracy</td> </tr> </tbody> </table>	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	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 [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.	[SK3] Ocena umiejętności organizacji pracy		
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	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 [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.	[SK3] Ocena umiejętności organizacji pracy										
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: http://www.csa.pg.gda.pl/images/stories/warunki%20zaliczenia.pdf</p>											
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="459 1361 786 1395">Sposób oceniania (składowe)</th> <th data-bbox="802 1361 1145 1395">Próg zaliczeniowy</th> <th data-bbox="1153 1361 1487 1395">Składowa oceny końcowej</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="459 1406 786 1440">Aktywne uczestnictwo w zajęciach</td> <td data-bbox="802 1406 1145 1440">80.0%</td> <td data-bbox="1153 1406 1487 1440">75.0%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="459 1451 786 1462">Egzamin pisemny</td> <td data-bbox="802 1451 1145 1462">50.0%</td> <td data-bbox="1153 1451 1487 1462">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	<table border="1"> <tbody> <tr> <td data-bbox="459 1473 786 1574">Podstawowa lista lektur</td> <td data-bbox="802 1473 1487 1574">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.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="459 1585 786 1608">Uzupełniająca lista lektur</td> <td data-bbox="802 1585 1487 1608">Nie ma wymagań</td> </tr> <tr> <td data-bbox="459 1619 786 1641">Adresy eZasobów</td> <td data-bbox="802 1619 1487 1641">Adresy na platformie eNauczanie:</td> </tr> </tbody> </table>	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	Adresy na platformie eNauczanie:					
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	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? Wymień oznaczenie tras narciarskich, szeregując je od najłatwiejszych do najtrudniejszych. Wymień rodzaje konkurencji lekkoatletycznych.
Praktyki zawodowe w ramach przedmiotu	Nie dotyczy