



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Wychowanie fizyczne I, PG_00047529						
Kierunek studiów	Informatyka						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2023 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	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 Krzysztof Milusz mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Piotr Marmoń mgr Maria Zaborna mgr Dariusz Adamczyk mgr Grzegorz Bussler dr Ryszard Mikołajewski mgr Karolina Gronau-Karendys Włodzimierz Kubiak mgr Mirosław Szołucha mgr Piotr Buliński mgr Jakub Pankowski dr inż. Emilia Miszewska mgr Andrzej Bussler mgr Krzysztof Kaszuba mgr Barbara Gramacka					
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						
Adres na platformie eNauczanie: https://enauczanie.pg.edu.pl/moodle/course/view.php?id=11522							
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_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="802 439 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">[SK3] Ocena umiejętności organizacji pracy</td> </tr> <tr> <td data-bbox="459 797 786 1149">[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="802 797 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">[SK2] Ocena postępów pracy [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie</td> </tr> </tbody> </table>	Efekt kierunkowy	Efekt z przedmiotu	Sposób weryfikacji i oceny efektu	[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	[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.	[SK2] Ocena postępów pracy [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie		
Efekt kierunkowy	Efekt z przedmiotu	Sposób weryfikacji i oceny efektu										
[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										
[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.	[SK2] Ocena postępów pracy [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie										
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">Egzamin pisemny</td> <td data-bbox="802 1406 1145 1440">50.0%</td> <td data-bbox="1153 1406 1487 1440">25.0%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="459 1451 786 1462">Aktywne uczestnictwo w zajęciach</td> <td data-bbox="802 1451 1145 1462">80.0%</td> <td data-bbox="1153 1451 1487 1462">75.0%</td> </tr> </tbody> </table>	Sposób oceniania (składowe)	Próg zaliczeniowy	Składowa oceny końcowej	Egzamin pisemny	50.0%	25.0%	Aktywne uczestnictwo w zajęciach	80.0%	75.0%		
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	<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