



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Wychowanie fizyczne I, PG_00064263						
Kierunek studiów	Informatyka						
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)	Od odpowiedzialny za przedmiot	mgr Kazimierz Rozwadowski					
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu	mgr Krzysztof Kaszuba mgr Jakub Pankowski mgr Karolina Gronau-Karendys mgr Maria Zaborna mgr Mirosław Szołucha mgr Dariusz Adamczyk dr Ryszard Mikołajewski mgr Piotr Buliński Włodzimierz Kubiak mgr Piotr Marmoń dr inż. Emilia Miszewska mgr Krzysztof Milusz mgr Grzegorz Bussler mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Barbara Gramacka mgr Andrzej Bussler					
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="451 394 794 427">Efekt kierunkowy</th> <th data-bbox="794 394 1137 427">Efekt z przedmiotu</th> <th data-bbox="1137 394 1487 427">Sposób weryfikacji i oceny efektu</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="451 427 794 790">[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="794 427 1137 790">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="1137 427 1487 790">[SK2] Ocena postępów pracy [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie</td> </tr> <tr> <td data-bbox="451 790 794 1160">[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="794 790 1137 1160">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="1137 790 1487 1160">[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.	[SK2] Ocena postępów pracy [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie	[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.	[SK2] Ocena postępów pracy [SK1] Ocena umiejętności pracy w grupie										
[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="451 1361 794 1395">Sposób oceniania (składowe)</th> <th data-bbox="794 1361 1137 1395">Próg zaliczeniowy</th> <th data-bbox="1137 1361 1487 1395">Składowa oceny końcowej</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="451 1395 794 1429">Aktywne uczestnictwo w zajęciach</td> <td data-bbox="794 1395 1137 1429">80.0%</td> <td data-bbox="1137 1395 1487 1429">75.0%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="451 1429 794 1458">Egzamin pisemny</td> <td data-bbox="794 1429 1137 1458">50.0%</td> <td data-bbox="1137 1429 1487 1458">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="451 1469 794 1570">Podstawowa lista lektur</td> <td colspan="2" data-bbox="794 1469 1487 1570">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="451 1570 794 1603">Uzupełniająca lista lektur</td> <td colspan="2" data-bbox="794 1570 1487 1603">Nie ma wymagań</td> </tr> <tr> <td data-bbox="451 1603 794 1641">Adresy eZasobów</td> <td colspan="2" data-bbox="794 1603 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	<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

Dokument wygenerowany elektronicznie. Nie wymaga pieczęci ani podpisu.