



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	Wychowanie fizyczne, PG_00036608						
Kierunek studiów	Matematyka						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2025 r.	Rok akademicki realizacji przedmiotu	2025/2026				
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)	Odpowiedzialny za przedmiot	mgr Kazimierz Rozwadowski					
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu	mgr Kazimierz Rozwadowski mgr Tomasz Wołoszuk mgr Andrzej Bussler mgr Barbara Gramacka mgr Zofia Bulińska mgr Piotr Buliński mgr Ewa Augustyn mgr Maria Zaborna mgr Dariusz Adamczyk mgr Rafał Kasprów mgr Krzysztof Kaszuba mgr Piotr Ilewicz dr inż. Emilia Miszewska mgr Karolina Gronau-Karendys mgr Krzysztof Milusz mgr Grzegorz Bussler mgr Jakub Pankowski Włodzimierz Kubiak mgr Piotr Dłaj mgr Marta Gołota-Dyjas mgr Piotr Czyżewski mgr Piotr Marmoń mgr Monika Chróścielewska dr Ryszard Mikołajewski					
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						
Adresy na platformie eNauczanie:							

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	Efekt kierunkowy	Efekt z przedmiotu	Sposób weryfikacji i oceny efektu
	<p>[K6_W91] ma podstawową wiedzę z zakresu kultury fizycznej, anatomii i fizjologii oraz uznaje aktywność fizyczną, jako składnik szeroko rozumianej kultury</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. Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. 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). Organizuje, przeprowadza i sędziuje zawody sportowe.</p> <p>Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: Realizuje plan sanacji. Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. Organizuje, przeprowadza i sędziuje zawody sportowe.</p>	<p>[SW1] Ocena wiedzy faktograficznej</p>
	<p>[K6_K91] dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej i układa plan treningowy umożliwiający mu poprawę sprawności ruchowej w różnych jej aspektach, zapewniający możliwość wykonywania zadań właściwych dla działalności zawodowej związanej z kierunkiem studiów oraz uzyskania psychicznego odprężenia</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. Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. 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). Organizuje, przeprowadza i sędziuje zawody sportowe.</p> <p>Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: Realizuje plan sanacji. Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. Organizuje, przeprowadza i sędziuje zawody sportowe.</p>	<p>[SK3] Ocena umiejętności organizacji pracy</p>

	Efekt kierunkowy	Efekt z przedmiotu	Sposób weryfikacji i oceny efektu
	[K6_U91] posiada umiejętności ruchowe pozwalające na włączenie się w prozdrowotny styl życia z wyborem aktywności w zależności od wieku i wykonywanego zawodu oraz kształtowania postaw sprzyjających aktywności fizycznej	Student dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej i układa plan treningowy umożliwiający mu poprawę sprawności ruchowej w różnych jej aspektach, zapewniający możliwość odprężenia psychicznego. Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. 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). Organizuje, przeprowadza i sędziuje zawody sportowe. Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: Realizuje plan sanacji. Opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Docenia konieczność podejmowania wysiłku fizycznego w kontekście zdrowia. Organizuje, przeprowadza i sędziuje zawody sportowe.	[SU1] Ocena realizacji zadania
Treści przedmiotu	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		
Wymagania wstępne i dodatkowe	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 załączek: http://www.csa.pg.gda.pl/images/stories/warunki%20zaliczenia.pdf		
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	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	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		
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		