



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	WYCHOWANIE FIZYCZNE I, PG_00038060						
Kierunek studiów	Architektura (studia w j. angielskim)						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2026 r.	Rok akademicki realizacji przedmiotu		2026/2027			
Poziom kształcenia	I stopnia - inżynierskie	Grupa zajęć					
Forma studiów	stacjonarne	Sposób realizacji		na uczelni			
Rok studiów	1	Język wykładowy		polski			
Semestr studiów	1	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						
Formy zajęć	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	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. 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). Przepląta dowolnym stylem 25m. Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: Student zwolniony przez lekarza z zajęć wychowania fizycznego opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Dokonuje analizy własnego stanu zdrowia i tworzy w porozumieniu z lekarzem i nauczycielem plan sanacji.	[SK3] Ocena umiejętności organizacji 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. 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). Przepląta dowolnym stylem 25m. Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: Student zwolniony przez lekarza z zajęć wychowania fizycznego opisuje podstawowe mechanizmy fizjologiczne towarzyszące wysiłkowi fizycznemu. Dokonuje analizy własnego stanu zdrowia i tworzy w porozumieniu z lekarzem i nauczycielem plan sanacji.	[SK2] Ocena postępów pracy
Treści przedmiotu	Treści przedmiotu - ćwiczenia I. Kształtowanie zdolności motorycznych II. Kształtowanie umiejętności w zakresie sprawności ogólnej III. Nauczanie i doskonalenie elementów technicznych IV. Nauczanie i doskonalenie elementów taktycznych V. Przepisy gry oraz elementy organizacji zawodów sportowych VI. Zasady organizacji treningu sportowego VII. Mechanizmy fizjologiczne podczas wysiłku fizycznego Dla studentów ze zwolnieniem lekarskim: I. Przepisy gry oraz elementy organizacji zawodów sportowych II. Zasady organizacji treningu sportowego III. Mechanizmy fizjologiczne podczas wysiłku fizycznego IV. Realizacja planu sanacji		
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 zaleceń: http://www.csa.pg.gda.pl/images/stories/warunki%20zaliczenia.pdf		
Sposoby i kryteria oceniania osiąganych 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	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?
Zajęcia praktyczne w ramach przedmiotu	Nie dotyczy

Dokument wygenerowany elektronicznie. Nie wymaga pieczęci ani podpisu.