

## KARTA PRZEDMIOTU

<b>Kierunek: Inżynieria Środowiska</b>	<b>Specjalność: Inżynieria ochrony środowiska Wentylacja, klimatyzacja i ogrzewnictwo</b>		
<b>Nazwa przedmiotu:</b> Wychowanie Fizyczne	<b>Kod przedmiotu: 4020-IS-1N-1A-WF</b>	<b>4020-IS-1N-2A-WF</b>	
<b>Rodzaj przedmiotu: podstawowy</b>	<b>Rok studiów: I</b>	<b>Semestr: I i II</b>	<b>Tryb: niestacjonarny</b>
<b>Liczba godzin: 10 + 10 w tym: Ćwiczenia: 10 + 10</b>	<b>Liczba punktów ECTS: 0</b>		<b>Poziom studiów: I stopień</b>
<b>Tytuł, imię i nazwisko:</b> <b>adres e-mailowy wykładowcy/ wykładowców:</b> u.wlodarczyk@pwsz-kalisz.edu.pl			

### Informacje szczegółowe

#### Cele przedmiotu

- C1 poznanie wielu różnych form aktywności fizycznej
- C2 wyposażenie studenta w zasób wiadomości i umiejętności do całonocnej aktywności fizycznej Doskonalenie sprawności fizycznej .Rozwijanie umiejętności ruchowych i technicznych w zespołowych formach aktywności fizycznej
- C3 rozwijanie świadomości potrzeby zachowań i nawyków prozdrowotnych i harmonijnego rozwój fizycznego i intelektualny
- C4 rozwijanie indywidualnych predyspozycji i uzdolnień studenta z zakresu kultury fizycznej
- C5Kształtowanie postaw wychowawczych i społecznych w walce sportowej (fair-play) współpraca w grupie

<b>Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych</b>	Ogólna sprawności fizyczna wiedza i umiejętności z poziomu IV etapu edukacyjnego
---	--

#### Efekty kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych

Efekty kształcenia	Po realizowaniu przedmiotu i potwierdzeniu osiągnięcia efektów kształcenia student	Odniesienie do celów przedmiotu	Odniesienie do efektów kształcenia dla programu	Odniesienie do efektów kształcenia w zakresie kompetencji inżynierskich
<b>EK1</b>	Rozumie potrzebę utrzymania i rozwijania swojej sprawności fizycznej Jest świadomy potrzeby zachowań prozdrowotnych w życiu codziennym. Promuje postawę prozdrowotną w dorosłym życiu człowieka	<b>C2,C3,C5</b>	<b>K_K03</b>	
<b>EK2</b>	Posiada wiedzę o różnych formach aktywności fizycznej. Potrafi kontrolować poziom własnej sprawności fizycznej	<b>C1,C2,C4</b>	<b>K_K03</b>	
<b>EK3</b>	Zna formy aktywności fizycznej służące rozwijaniu i podtrzymywaniu sprawności fizycznej i zdrowia . Potrafi podjąć działania prozdrowotne i edukacyjne wykorzystując w praktyce wiedzę oraz umiejętności w zakresie różnych form aktywności ruchowej	<b>C1,C2,C4,C5</b>	<b>K_K03</b>	

#### Treści programowe

Treści programowe	Forma zajęć	Liczba godzin	Odniesienie do efektów kształcenia
	<b>Ćwiczenia</b>	<b>20</b>	
<b>TP1</b>	Siatkówka (ćwiczenia nauczające oraz doskonalące grę)	<b>2</b>	<b>EK2,EK3</b>
<b>TP2</b>	Koszykówka (ćwiczenia nauczające i doskonalące grę )	<b>2</b>	<b>EK2,EK3</b>
<b>TP3</b>	Ćwiczenia ogólnorozwojowe kształtujące i modelujące sylwetkę człowieka	<b>2</b>	<b>EK2,EK3</b>
<b>TP4</b>	Gry i zabawy ruchowe rozwijające zwinność koordynacje współpracy w grupie	<b>1</b>	<b>EK2,EK3</b>
<b>TP5</b>	Zajęcia ruchowe przy muzyce ( fitness aerobic)	<b>2</b>	<b>EK3</b>
<b>TP6</b>	Badminton (ćwiczenia nauczające oraz doskonalące grę)	<b>1</b>	<b>EK1</b>
<b>TP7</b>	Tenis stołowy ( nauka i doskonalenie gry w tenisa stołowego)	<b>2</b>	<b>EK3</b>
<b>TP8</b>	Unihokej (ćwiczenia nauczające i doskonalące grę w unihokeja)	<b>1</b>	<b>EK1</b>
<b>TP9</b>	Piłka nożna ( ćwiczenia nauczające doskonalące grę w piłkę nożną)	<b>2</b>	<b>EK1</b>
<b>TP10</b>	Futsal ( ćwiczenia nauczające i doskonalące grę w futsal)	<b>2</b>	<b>EK1</b>
<b>TP11</b>	Ćwiczenia siłowe body building kształtujące sylwetkę	<b>2</b>	<b>EK3 ,EK3</b>

	człowieka		
<b>TP12</b>	Testy ,sprawdziany kontrolujące poziom sprawności , Ruffiera, Beep Test ,BMI ,itp	<b>1</b>	<b>EK2</b>
<b>Narzędzia dydaktyczne:</b>			
Sala gimnastyczna Siłownia			
<b>Metody weryfikacji osiągnięcia efektów kształcenia</b>			
<b>Efekt kształcenia</b>	<b>Forma weryfikacji i walidacji efektów kształcenia</b>		
	<b>Wiedza faktograficzna</b>	<b>Wiedza praktyczna umiejętności praktyczne</b>	<b>Umiejętności kognitywne</b>
<b>EK1</b>		<b>x</b>	<b>x</b>
<b>EK2</b>		<b>x</b>	<b>x</b>
<b>EK3</b>		<b>x</b>	<b>x</b>
<b>Kryteria oceny osiągnięcia efektów kształcenia</b>			
<b>F – formujące</b>			
F1. Dyskusja podczas zajęć F2 sprawdzian umiejętności			
<b>P – podsumowujące</b>			
P1. Obserwacja P2. Obecność na zajęciach			
<b>Skala ocen</b>			
<b>Ocena:</b>	<b>Poziom wiedzy, umiejętności, kompetencji personalnych i społecznych</b>		
5,0	- znakomita wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne		
4,5	- bardzo dobra wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne		
4,0	- dobra wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne		
3,5	- zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne, ale ze znaczącymi niedociągnięciami		
3,0	- zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne, ale z licznymi błędami		
2,0	- niezadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje personalne i społeczne		
<b>Forma zakończenia</b>	<b>Zaliczenie na ocenę</b>		
<b>Obciążenie pracą studenta</b>			
<b>Forma aktywności</b>		<b>Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności</b>	
1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim: <b>20</b> 2. Przygotowanie się do zajęć: <b>5</b> <b>SUMA: 25 godzin</b>		<b>20 godzin</b>	
<b>Literatura</b>			
<b>Podstawowa:</b>			
<b>Uzupełniająca:</b>			
<b>Inne przydatne informacje o przedmiocie:</b>			