

Nazwa modułu/przedmiotu	Kod
Wychowanie fizyczne	

KARTA OPISU MODUŁU KSZTAŁCENIA			
Kierunek studiów Pielęgniarstwo	Profil kształcenia (ogólnoakademicki, praktyczny) praktyczny	Rok 1	
Moduł Zajęcia obowiązkowe	Przedmiot oferowany w języku: polskim	Semestr 1 i 2	
Forma zajęć: Cwiczenia	Liczba godzin: 60	Liczba punktów ETCS --	
Poziom studiów: Pierwszy stopień	Forma studiów (stacjonarna/niestacjonarna) stacjonarne	Obszar(y) kształcenia Dziedzina: Nauk medycznych i nauk o zdrowiu Dyscyplina: Nauki o zdrowiu	
Status przedmiotu w programie studiów (podstawowy, kierunkowy, inny) Nauki podstawowe		(ogólnouczelniany, z innego kierunku) ogólnouczelniany	
Koordynator przedmiotu: Mgr wychowania fizycznego Łukasz Bagrowski			
Lista osób prowadzących zajęcia: Mgr wychowania fizycznego Łukasz Bagrowski			
Wyższa Szkoła Przedsiębiorczości im. Ks. Kazimierza Kujawskiego w Inowrocławiu			
Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych:			
Wiedza	Absolwent zna i rozumie: <ul style="list-style-type: none"> - podstawowe formy aktywności fizycznej, - podstawowe zasady gier zespołowych i rekreacyjnych, - korzyści wynikające z prowadzenia aktywności fizycznej. 		
Umiejętności	Absolwent potrafi: <ul style="list-style-type: none"> - prowadzić aktywność fizyczną, - stosować dla własnych potrzeb ćwiczenia ogólnorozwojowe, siłowe, sprawnościowe 		
Kompetencje społeczne	Absolwent jest gotów do: <ul style="list-style-type: none"> - aktywnego uczestniczenia w zajęciach wychowania fizycznego i współpracy w zespole podczas ćwiczeń. 		
Cel przedmiotu:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Doskonalenie wszechstronnej sprawności fizycznej. 2. Kształtowanie potrzeby aktywności fizycznej przez całe życie z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa. 3. Zdobywanie niezbędnej wiedzy i umiejętności w celu prowadzenia prozdrowotnego stylu życia. 4. Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całonocnej aktywności fizycznej. 			
Efekty uczenia się			
Wiedza odniesienie do efektów uczenia się	W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie:		
	przemiany zachodzące w organizmie pod wpływem wysiłku fizycznego;		

Nazwa modułu/przedmiotu	Kod
Wychowanie fizyczne	

	przepisy-zasady gier zespołowych i rekreacyjnych
	formy aktywności fizycznej; zasady kształtowania wszechstronnej sprawności fizycznej;
Umiejętności odniesione do efektów uczenia się	W zakresie umiejętności absolwent potrafi:
	kształtować wszechstronny rozwój sprawności fizycznej
	stosować umiejętności techniczne i taktyczne w grach zespołowych oraz rekreacyjnych
	wykonywać ćwiczenia ogólnorozwojowe, siłowe, sprawnościowe i stosować je w prowadzeniu własnej aktywności fizycznej
	wykonywać próby sprawnościowe, testy i dokonywać oceny własnej sprawności fizycznej
	promować zdrowie i stosować zachowania prozdrowotne

Kompetencje społeczne

W zakresie kompetencji społecznych absolwent jest gotów do:

1. Organizowania i uczestniczenia w aktywności fizycznej oraz współpracowania z innymi.
2. Poszukiwania kreatywnych rozwiązań sytuacjach problemowych.
3. Kulturalnego kibicowania w trakcie rywalizacji sportowej.
4. Motywowania innych osób do aktywności fizycznej i dawania dobrego przykładu.
5. Promocji zdrowia i prowadzenia zdrowego stylu życia.
6. Prezentowania na wysokim poziomie kultury osobistej.

Przyjęte metody wykorzystywane podczas prowadzenia zajęć

Wybrać spośród:

1. **Metody podające** - wykład informacyjny, wykład konwersatoryjny, opowiadanie, opis, e-learning
2. **Metody poszukujące**- problemowe – sytuacyjna, burza mózgowa, metody ćwiczeniowo- praktyczne – projekt, studium przypadku, laboratoryjna, doświadczeń, obserwacji, dyskusja – panelowa, okrągłego stołu, punktowana, referatu;
3. **Metody eksponujące** - pokaz, prezentacja multimedialna, pomoce dydaktyczne, symulacja.

Treści kształcenia

Treści programowe ćwiczeń

Technika oraz taktyka gier zespołowych i rekreacyjnych –przepisy , zasady gry.
Gimnastyka podstawowa-ćwiczenia ogólnorozwojowe,sprawnościowe,skoki przez przyrządy gimnastyczne.
Próby, testy sprawnościowe i umiejętności – ocena sprawności fizycznej.
Kształtowanie cech motorycznych – ćwiczenia kształtujące : szybkość, siłę, wytrzymałość, moc, gibkość, koordynację ruchową.

Nazwa modułu/przedmiotu	Kod
Wychowanie fizyczne	

Edukacja zdrowotna : aktywność fizyczna i jej znaczenie dla prawidłowego rozwoju; promocja zdrowia- zasady prowadzenia zdrowego stylu życia

Sposoby sprawdzania efektów uczenia się	
Forma zajęć:	Sposób weryfikacji
Ćwiczenia	Uzyskanie pozytywnej oceny ze sprawdzianu umiejętności oraz aktywności indywidualnej studenta podczas ćwiczeń wg. poniższych kryteriów: Ocena 1 – obserwacja (dotyczy oceny umiejętności) Ocena 2 – praktyczne wykonanie zadania (dotyczy oceny umiejętności) Ocena 3 – sprawdzenie wiedzy teoretycznej i praktycznych umiejętności
Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest uzyskanie pozytywnej oceny z ćwiczeń. Student ma prawo do zaliczenia poprawkowego z powodu niezaliczenia przedmiotu lub udokumentowanej nieobecności na zaliczenia w terminie ustalonym przez wykładowcę, ale nie później niż dwa tygodnie od momentu powrotu na zajęcia.	

Przyjęte kryteria oceny			
Ocena	Definicja	Ocena ECTS	Definicja ECTS
5	Bardzo dobry – znakomita wiedza, umiejętności, kompetencje	A	Celujący – wybitne osiągnięcia
4,5	Dobry plus– bardzo dobra wiedza, umiejętności, kompetencje	B	Bardzo dobry – powyżej średniego standardu, z pewnymi błędami
4	Dobry – dobra wiedza, umiejętności, kompetencje	C	Dobry – generalnie solidna praca z szeregiem zauważalnych błędów
3,5	Dostateczny plus – zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, ale ze znacznymi niedociągnięciami	D	Zadowalający – zadowalający, ale ze znaczącymi błędami
3	Dostateczny – zadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, z licznymi błędami (próg 60% opanowania W,U,KS)	E	Dostateczny – wyniki spełniają minimalne kryteria
2	Niedostateczny – niezadowalająca wiedza, umiejętności, kompetencje (poniżej 60% opanowania W,U,KS)	FX, F	Niedostateczny – podstawowe braki w opanowaniu materiału

Nazwa modułu/przedmiotu	Kod
Wychowanie fizyczne	

Literatura podstawowa:

1. Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych – T.Stefaniak 2013
2. Edukacja zdrowotna – B.Woynarowska PWN 2017

Literatura uzupełniająca:

1. Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego – Jan Górski, PZWL-Warszawa 2019
2. Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego – Jan Górski, PZWL-Warszawa 2019