

44 G1		KARTA PRZEDMIOTU				
Nazwa przedmiotu/modułu:		Plenerowe formy rekreacji ruchowej				
Nazwa angielska:		Outdoor leisure activities				
Kierunek studiów:		Fizjoterapia				
Poziom studiów:		Stacjonarne, jednolite magisterskie				
Profil studiów:		praktyczny				
Jednostka prowadząca:		Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze, Wydział Nauk Medycznych i Technicznych Katedra Nauk o Kulturze Fizycznej i Zdrowiu				
Prowadzący przedmiot:		mgr Monika Stanaszek, mgr Małgorzata Nyc				
I Formy zajęć, liczba godzin						
Semestr	W	C	L	Samodzielna praca studenta	Łącznie	ECTS
4	-	30		30	60	2
II Cel przedmiotu						
C1 – Zapoznanie ze sprzętem, przepisami, sposobem przeprowadzania i sędziowania wybranych gier rekreacyjnych.						
C2 – Uświadomienie roli plenerowych form rekreacji ruchowej jako specyficznych formy aktywności osób starszych i aktywnego spędzania wolnego czasu przez dzieci i młodzież w ramach integracji międzypokoleniowej.						
C3 - Nauczanie i doskonalenie techniki gry wybranych gier rekreacyjnych.						
III Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji						
Brak wymagań wstępnych.						
V Oczekiwane efekty uczenia się						
EU1 - Zna genezę, rodzaje sprzętu oraz posiada umiejętności pozwalające na uczestniczenie w wybranych grach rekreacyjnych.						
EU2 - Potrafi zagospodarować czas wolny w sposób, którego treść stanowią gry rekreacyjne.						
EU3 - Zna przepisy wybranych gier rekreacyjnych i posiada umiejętność ich sędziowania.						
EU4 - Rozumie, akceptuje i docenia znaczenie i wpływ aktywności ruchowej m.in.w formie gier ruchowych na organizm człowieka w poszczególnych okresach jego życia i rozwoju.						
Treści programowe:						
Forma zajęć: Ćwiczenia						Liczba godzin
Ćw1	Wartość plenerowych form rekreacji ruchowej w kształtowaniu i stymulowaniu aktywności rekreacyjno-sportowej pokoleń. Rola rekreacji ruchowej w promocji zdrowego trybu życia i profilaktyce chorób					2

	cywilizacyjnych.	
<b>Ćw2</b>	Cywilizacyjne ograniczenia codziennej aktywności ruchowej. Praca zawodowa a rekreacja. Aktywność rekreacyjna różnych grup społecznych. Obyczajowość wyznacznikiem stosunku do rekreacji ruchowej.	<b>2</b>
<b>Ćw3</b>	Geneza i historia wybranych gier rekreacyjnych. Rola i znaczenie rozgrzewki w grach rekreacyjnych	<b>2</b>
<b>Ćw4</b>	Poznanie przepisów, nauczanie i doskonalenie techniki gry w kwadranta, ringo i frisbee.	<b>6</b>
<b>Ćw5</b>	Ścieżka zdrowia w lesie, marsze na orientację, geocaching.	<b>10</b>
<b>Ćw6</b>	Rekreacyjno-korektywne formy aktywności ruchowej. Prozdrowotne aspekty rekreacji jeździeckiej i ćwiczeń w siłowni zewnętrznej.	<b>8</b>
<b>Ćw7</b>	Rekreacja ruchowa i jej rola w procesie rehabilitacji. Rekreacja terapeutyczna. Rola rodziny w dostępie osoby niepełnosprawnej do rekreacji.	<b>2</b>
<b>Suma godzin:</b>		<b>30</b>
<b>VI Narzędzia dydaktyczne</b>		
<b>1.</b>	Prezentacje multimedialne, filmy.	
<b>2.</b>	Przybory do gier rekreacyjnych (typowe i nietypowe).	
<b>VII Metody dydaktyczne</b>		
<b>1.</b>	Metody podające, nauczania praktycznego.	
<b>2.</b>	Pokaz z objaśnieniem.	
<b>VIII Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)</b>		
<b>F1</b>	Przygotowanie do zajęć sprawdzane w trakcie ćwiczeń poprzez pytania bezpośrednio skierowane do studenta.	
<b>F2</b>	Przygotowanie i przeprowadzenie wybranej gry ruchowej przy współudziale studentów z grupy.	
<b>P</b>	Turniej wybranych plenerowych gier rekreacyjnych.	
<b>IX Obciążenie pracą studenta</b>		
<b>Forma aktywności</b>		<b>Łączna i średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności</b>
Godziny kontaktowe z nauczycielem (w trakcie zajęć).		<b>30</b>
Przygotowanie do przeprowadzenia wybranej gry ruchowej przy współudziale studentów z grupy. Przygotowanie turnieju wybranych plenerowych gier rekreacyjnych.		<b>30</b>
<b>SUMA</b>		<b>60</b>
<b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU</b>		<b>2</b>
<b>X Literatura podstawowa i uzupełniająca</b>		
<b>Literatura podstawowa:</b>		

1. Grobelny J. (2007) Rekreacyjne gry terenowe [w.] Błacha R., Bigiel W. (red.) Kultura fizyczna w środowisku przyrodniczym w okresie letnim, AWF we Wrocławiu
2. Kutzner-Kozińska M., Owczarek S., Skład A. (1983) O indywidualizacji rekreacyjno-korektywnych form aktywności ruchowej. AWF Warszawa
3. Maryniuk B., Możaryn B., Piękoś H. (1977) Ruchowe gry rekreacyjne, WSWF, Gdańsk.
4. Mielniczuk M., Staniszewski Tomasz (1999) Stare i nowe gry drużynowe, Wydawnictwo Telbit, Warszawa.
5. Toczek - Werner S. (red.) (2005) Podstawy rekreacji i turystyki, AWF we Wrocławiu.
6. Bator A. (2002) Popularne gry rekreacyjne. AWF Kraków

#### **Literatura uzupełniająca:**

1. Bondarowicz M. (1986) Zabawy i gry ruchowe, AWF Warszawa
2. Lipoński W. (1987) Humanistyczna Encyklopedia Sportu, SiT, Warszawa.
3. Lipoński W. (2001) Encyklopedia sportów świata, Oficyna Wydawnicza Atena, Poznań.
4. Kwilecka M. red. (2006) Bezpośrednie funkcje rekreacji. Almamater Warszawa, WSE
5. Fąk T., Kaik A., Opoka D. (2000) Sport dla wszystkich. Gry rekreacyjne. TKKF Warszawa

#### **XI TABLICA POWIĄZAŃ EFEKTÓW PRZEDMIOTOWYCH I KIERUNKOWYCH Z CELAMI PRZEDMIOTU W ODNIESIENIU DO METOD ICH WERYFIKACJI**

<b>Efekty kształcenia</b>	<b>Odniesienie danego efektu do efektów zdefiniowanych dla całego programu (PEK)</b>	<b>Cele przedmiotu</b>	<b>Treści programowe</b>	<b>Narzędzia dydaktyczne</b>	<b>Metody dydaktyczne</b>	<b>Sposób oceny</b>
<b>EK1</b>	K_W01 K_U02 K_U13	C1,C3	Ćw.2,3,4,5,6	1, 2	1, 2	F1,F2
<b>EK2</b>	K_W09 K_U10	C2	Ćw.1,2,7	2, 3	1, 2	F1, F2
<b>EK3</b>	K_W08 K_U02	C1	Ćw.3,4,5,6,7	1, 2	1, 2	F1, F2,P
<b>EK4</b>	K_W08 K_K01	C2	Ćw.1,2	1, 2	1, 2	F1, F2,

#### **XII ZASADY WERYFIKACJI OCZEKIWANYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA**

##### **Warunkiem uzyskania zaliczenia jest:**

Frekwencja i aktywność za zajęciach;

##### **Sposób oceny praktycznego wykonania zadania**

W przypadku oceniania praktycznego wykonania zadania uwzględniane są podstawowe kryteria:

1. Bezpieczeństwo przeprowadzenie wybranej gry ruchowej przy współudziale studentów z grupy 1-4 pkt,
2. Poprawność zaplanowania rozwiązywania problemów, doboru metod, środków do przeprowadzenia wybranej gry ruchowej przy współudziale studentów z grupy 1-4 pkt,
3. Przygotowanie i przeprowadzenie wybranej gry ruchowej zgodnie z obowiązującymi zasadami i procedurami 1-4 pkt,
4. Wykazał zdolność organizowania własnej pracy dostosowanej do przyjętych zaleceń i organizacji pracy w placówce rekreacyjno - sportowej 1-4 pkt,
5. Wykorzystywanie wiedzy z różnych dziedzin (przedmiotów) 1-4 pkt,

6. Zgodność prezentowanych poglądów z przyjętymi zasadami etyki ogólnozawodowej 1-4 pkt,
7. Samodzielność i kreatywność w proponowaniu rozwiązań w trakcie przeprowadzania wybranej gry ruchowej 1-4 pkt.

Ilość uzyskanych punktów:

28 - 26 pkt – ocena - bardzo dobry,

25 - 23 pkt – ocena – dobry plus,

22 - 20 pkt – ocena – dobry,

19 - 17 pkt – ocena – dostateczny plus,

16 - 15 pkt – ocena – dostateczny.

W przypadku uzyskania ilości punktów mniejszej od 55% student otrzymuje ocenę niedostateczną -2,0

### **XIII DODATKOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE**

1. Informacje na temat miejsca odbywania się zajęć
2. Informacje na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina)
3. Informacja na temat konsultacji (godziny + miejsce)
4. Informacja na temat konsultacji (godziny + miejsce)