

Nazwa przedmiotu/modułu:	Wychowanie fizyczne- ogólne
Nazwa angielska:	Physical Education-free
Kierunek studiów:	Pedagogika, resocjalizacja z kryminologią
Poziom studiów:	Stacjonarne, I-go stopnia – licencjackie
Profil studiów	Praktyczny
Jednostka prowadząca:	Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze, Wydział Nauk Medycznych i Technicznych, Katedra Nauk o Kulturze Fizycznej i Zdrowiu
Opracował:	mgr W. Lara

I Formy zajęć, liczba godzin

Semestr	W	C	L	WR	Inne*	Łącznie	ECTS
1	-	30				30	0
2	-	30				30	0

II Cel przedmiotu

C1- Popularyzowanie aktywności fizycznej i promocja zachowań prozdrowotnych poprzez bezpieczne uczestnictwo w rekreacji ruchowej oraz rozwijanie elementarnych umiejętności ruchowych i wdrażanie studentów do aktywnego działania na rzecz poprawy zdrowia .

III Wymagania wstępne w kategoriach wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

brak

IV Oczekiwane efekty uczenia się

EU 1 Student opanował podstawowe umiejętności ruchowe umożliwiające bezpieczne uczestnictwo w zajęciach rekreacyjnych indywidualnych i grupowych na basenie niezbędnych do aktywnego spędzania wolnego czasu

V Treści programowe:

Forma zajęć: ćwiczenia		Liczba godzin
Ćw. 1-2	Nauka podstawowej rozgrzewki i elementarnych ćwiczeń rozciągających	8
Ćw. 3-4	Zabawy i gry bieżne	8
Ćw. 5-6	Zabawy i gry rzutne	8
Ćw. 7-8	Zabawy i gry skoczne	8
Ćw. 9-14	Gry i zabawy drużynowe	24
Ćw. 15	Sprawdzian praktyczny i ocena umiejętności wybranych czynności ruchowych.	4
Suma godzin		60

VI Narzędzia dydaktyczne

1.	Materace, ławeczki, skakanki, piłki, pachołki, drabinki.					
2.	Boisko do gier zespołowych.					
VII Metody dydaktyczne						
1	Problemowa					
2	Bezpośredniej celowości ruchu					
3	Naśladowczo- ścisła					
VIII Sposoby oceny , P – podsumowująca						
P	Opanowanie podstawowych czynności ruchowych, zbudowanie i pokonanie slalomu lub toru przeszkód z uwzględnieniem poznanych elementów z zabaw i gier					
IX Obciążenie pracą studenta						
Forma aktywności	Łączna i średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności					
Godziny kontaktowe z nauczycielem (w trakcie zajęć)	60					
SUMA	60					
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	0					
X Literatura podstawowa i uzupełniająca						
Literatura podstawowa:						
1. Bondarowicz M., Staniszewski T., Podstawy teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych, AWF, Warszawa 2001						
2. Iskra J., Walaszczyk A., Juras B., Lekkoatletyczne formy rekreacji ruchowej, Katowice 2009						
Literatura uzupełniająca:						
1.1. Aleksandra Litkowska, Marian Litkowski, „Streaching A-Z Sprawność i Zdrowie,, Wydawnictwo Aleksandra, Łódź 2007						
2.Bondarowicz M., Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych,, Warszawa 2002						
XI TABLICA POWIĄZAŃ EFEKTÓW PRZEDMIOTOWYCH I KIERUNKOWYCH Z CELAMI PRZEDMIOTU W ODNIESIENIU DO METOD ICH WERYFIKACJI						
Efekty uczenia się	Odniesienie danego efektu do efektów zdefiniowanych dla całego programu (PEK)	Cele przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia dydaktyczne	Metody dydaktyczne	Sposób oceny
EU	K_W04,K_W14,K_U16, K_K01,K_K08,	C1	Ćw. 1 – 15	1,2	1,2,3	P
XII ZASADY WERYFIKACJI OCZEKIWANYCH EFEKTÓW UCZENIA SIĘ						
Zasady weryfikacji efektów nauczyciel podaje na pierwszych zajęciach						
XIII DODATKOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE						
brak						