

KARTA PRZEDMIOTU DLA NABORU 2023/2024							
Forma studiów: stacjonarna							
INFORMACJE OGÓLNE							
1. Nazwa przedmiotu		Wychowanie Fizyczne					
2. Nazwa kierunku		Pielęgniarstwo					
3. Poziom studiów		Studia pierwszego stopnia					
4. Liczba punktów ECTS		0					
5. Liczba godzin w semestrze							
semestr	w	ćw	lab/lek	lab/zp MCSM	prj/zp	pws	prk
I		30					
II		30					
6. Język wykładowy j. polski							
7. Wykładowca		mgr Michał Sroka					
INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE							
8. Wymagania wstępne							
1. Brak przeciwwskazań do aktywności fizycznej							
2. Strój sportowy							
9. Cele przedmiotu							
C1 Zapoznanie studentów z podstawowymi zasadami bhp podczas zajęć ruchowych indywidualnych i grupowych.							
C2 Promowanie zachowań zdrowotnych poprzez różne formy aktywności fizycznej.							
C3 Ukształtowanie postawy świadomego uczestnictwa w różnych formach aktywności sportowo-rekreacyjnej w czasie studiów oraz po zakończeniu edukacji dla zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego.							
10. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych							
Student, który zaliczył przedmiot:							
WIEDZA							
zna normy i zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych, zna terminologię z zakresu realizowanego materiału z wychowania fizycznego							
UMIEJĘTNOŚCI							
potrafi zastosować poznane techniki wykonywania ćwiczeń oraz właściwie używać przybory i przyrządy sportowe podczas realizacji zadań ruchowych							
KOMPETENCJE SPOŁECZNE							
rozumie potrzebę uczenia i doskonalenia się przez całe życie; jest gotów współdziałać i pracować w grupie, przyjmując w niej różne role, w tym negocjacyjne i przywódcze; ma podstawowe kompetencje z zakresu komunikacji interpersonalnej							

11. Treści programowe	
Forma zajęć – ćwiczenia	
<p>Zajęcia z wychowania fizycznego obejmują różne formy aktywności fizycznej z uwzględnieniem metodyki poszczególnych dyscyplin sportu. Program zajęć obejmuje:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. atletykę terenową – marszobieg, marsz z kijami Nordic Walking; 2. gry zespołowe – siatkówkę, koszykówkę, piłkę nożną, piłkę ręczną; 3. fitness, ćwiczenia siłowe – ćwiczenia wzmacniające mięśnie i kształtujące prawidłową postawę; 4. gry i zabawy rekreacyjne; 5. tenis stołowy; 6. ćwiczenia ogólnorozwojowe 	
12. Narzędzia/metody dydaktyczne	
1. Pokaz, objaśnienie	
2. Metoda zadaniowa, naśladowcza ścisła, problemowa, programowanego uczenia się	
13. Sposoby oceny (częstkowe, końcowe)	
1. Aktywny udział w zajęciach	
2. Obecność na zajęciach	
3. Prowadzenie wcześniej zadanej części zajęć np.: rozgrzewki lub pracy pisemnej	
14. Obciążenie pracą studenta	
Forma aktywności	liczba godzin
1. Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela oraz konsultacje	60
suma	60
liczba punktów ECTS	0
15. Literatura	
Literatura podstawowa:	
1. Nordic walking w teorii i praktyce / pod red. Grzegorza Godlewskiego, Anny Bodasińskiej ; Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie. Filia w Białej Podlaskiej. Wydział Turystyki i Zdrowia. 2014	
2. Owczarek S., Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe. Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2017	
Literatura uzupełniająca:	
1. Atlas treningu siłowego / Frédéric Delavier ; tł. Ryszard Jasiński, Urszula Zemełko. - dor. - Warszawa : Wydawnictwo Lekarskie PZWL, cop. 2007	
16. Formy oceny – szczegóły	
<p>Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: zajęcia kończą się zaliczeniem z oceną w semestrze I i II. Składowymi oceny są: aktywność i zaangażowanie podczas zajęć, ocena z prowadzonej części zajęć lub z pracy pisemnej. Obecność na wszystkich zajęciach jest dodatkowym atutem podczas wystawienia oceny końcowej na semestr.</p>	
17. Inne przydatne informacje o przedmiocie	
1. Szczegółowych informacji o problematyce zajęć i treściach programowych udziela prowadzący w trakcie zajęć i podczas konsultacji.	
2. Zajęcia odbywają się na obiektach sportowych ZSP im. Jana Pawła II w Radzynie Podlaskim.	
3. Zajęcia odbywają się zgodnie z ustalonym planem znajdującym się na stronie internetowej uczelni.	
4. Informacja o konsultacjach jest zamieszczona na stronie internetowej uczelni.	