|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Rok akademicki: | 2017/2018 | Grupa przedmiotów: | kierunkowe | | Numer katalogowy: | | **IO 08** | |
|  | | | | | | | | |
| Nazwa przedmiotu: | | **Wychowanie Fizyczne** | | | | | **ECTS** | **0** |
| Tłumaczenie nazwy na jęz. angielski: | | **Physical education** | | | | | | |
| Kierunek studiów: | | **Biotechnologia** | | | | | | |
| Koordynator przedmiotu: | | **Mgr Tomasz Pietrasiński** | | | | | | |
| Prowadzący zajęcia: | | **Nauczyciele zatrudnieni w Studium Wychowania Fizycznego i Sportu** | | | | | | |
| Jednostka realizująca: | | **Studium Wychowania Fizycznego i Sportu** | | | | | | |
| Wydział, dla którego przedmiot jest realizowany: | | Wydział Ogrodnictwa, Biotechnologii i Architektury Krajobrazu | | | | | | |
| Status przedmiotu: | | a) przedmiot **podstawowy** | b) stopień **I** rok **II** | | | c) stacjonarne | | |
| Cykl dydaktyczny: | | Semestr: **zimowy** | Jęz. wykładowy: **język polski** | | |  | | |
| Założenia i cele przedmiotu: | | Kształtowanie świadomej postawy wobec kultury fizycznej i stworzenie wizerunku aktywności ruchowej jako elementu życia człowieka niezbędnego do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Podnoszenie sprawności fizycznej i wydolności organizmu.  Przygotowanie organizmu do podejmowania zadań zawodowych i pozazawodowych | | | | | | |
| Formy dydaktyczne, liczba godzin: | | 1. wykłady: - 2. ćwiczenia: 30 | | | | | | |
| Metody dydaktyczne: | | Pokaz, objaśnienie, samodzielne próby wykonania danego ćwiczenia, korekty błędów, opanowanie ruchu oraz stabilizacja techniki, metoda powtórzeniowa, nauczanie techniki w formie zabawowej, ścisłej, zadaniowej, nauczanie taktyki we fragmentach gry, gry szkolnej i gry właściwej, współzawodnictwo. | | | | | | |
| Pełny opis przedmiotu: | | Przedmiot realizowany na podstawie programów autorskich nauczycieli SWFiS SGGW w oparciu o wytyczne wynikające z celów wychowania fizycznego oraz ramowego programu WF studium. Studenci zapisują się na zajęcia z wybranych przez siebie dyscyplin sportowych (dyscypliny do wyboru: aerobik, siłownia, gry zespołowe siatkówka, koszykówka, piłka nożna, unihokej, tenis stołowy, badminton, pływanie, tańce latynoamerykańskie, judo, oraz zajęcia z rehabilitacji dla studentów ze zwolnieniem lekarskim).  Treści przedmiotu:   * Ukształtowanie postawy świadomego i permanentnego uczestnictwa studentów w różnych formach aktywności sportowo-rekreacyjnej w czasie nauki oraz po jej zakończeniu dla zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego * Podniesienie ogólnej sprawności motorycznej. Podtrzymanie prawidłowej kondycji organizmu, zapoznanie z zasobem ćwiczeń fizycznych kształtujących postawę ciała, wytrzymałość i siłę. * Zdobycie wiedzy o organizmie ludzkim i jego obiektywnych potrzebach rozwojowych, oraz o kształtowaniu sprawności i wydolności fizycznej człowieka, sposobach kontroli osobistej sprawności i wydolności fizycznej * Poznanie i doskonalenie elementów techniki występujących w wybranych dyscyplinach sportowych i opanowanie ich w stopniu rekreacyjnym. * Uczestnictwo we współzawodnictwie sportowym, odprężenie psychiczne, nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem, doskonalenie umiejętności współpracy w zespole. | | | | | | |
| Wymagania formalne (przedmioty wprowadzające): | | - | | | | | | |
| Założenia wstępne: | | Brak przeciwwskazań lekarskich do odbywania zajęć z wychowania fizycznego. Dla studentów niezdolnych do ćwiczeń organizowane są grupy teoretyczne i rehabilitacyjne. | | | | | | |
| Efekty kształcenia: | | * 01 - posiada wiedzę związaną z wpływem ćwiczeń fizycznych na zdrowie. Zna potrzeby organizmu i formy aktywności fizycznej w utrzymaniu zdrowia, jak również konsekwencje i zagrożenia związane z brakiem aktywności fizycznej. * 02 – zna przepisy, zasady gry oraz historię wybranej przez siebie formy ruchu**.** * 03 - korzysta w sposób bezpieczny z obiektów i urządzeń sportowych, stosuje prawidłową asekurację podczas ćwiczeń. * 04 - przeprowadza prawidłową rozgrzewkę, układa i wykonuje prosty zestaw ćwiczeń. * 05 - demonstruje wybrane elementy techniczne i taktyczne poszczególnych dyscyplin sportowych (do wyboru: aerobic, judo, tenis stołowy, badminton, siatkówka, koszykówka, p. nożna, pływanie, siłownia, tańce latynoamerykańskie) , definiuje przepisy i zasady gry w wybranych formach ruchu, sędziuje podczas gry. | | * 06 - dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej * 07 - potrafi współdziałać w grupie i przyjmować różne role- kreowania i wspierania postaw innych, wykonywania poleceń trenera, nauczyciela, oraz współzawodnictwa, rywalizacji i odpowiedzialności. * 08 - prawidłowo interpretuje i identyfikuje problemy w czasie wykonywania zadań i podejmuje właściwe decyzje w celu ich rozwiązania. | | | | |
| Sposób weryfikacji efektów kształcenia: | | sprawdzian indywidualnych umiejętności technicznych i praktycznych  systematyczny i aktywny udział w zajęciach | | | | | | |
| Forma dokumentacji osiągniętych efektów kształcenia: | | Oceny w dziennikach zajęć | | | | | | |
| Elementy i wagi mające wpływ na ocenę końcową: | | * Aktywne i sumienne uczestnictwo w zajęciach - 60% * Pozytywny wynik sprawdzianów technicznych i testów sprawnościowych związanych bezpośrednio z wybraną formą aktywności - 40% | | | | | | |
| Miejsce realizacji zajęć: | | Obiekty sportowe SGGW | | | | | | |
| **Literatura podstawowa**:  Podręczniki metodyczne i przepisy dyscyplin sportowych podane przez nauczycieli w programach autorskich  **Literatura uzupełniająca**: | | | | | | | | |
| UWAGI: | | | | | | | | |

Wskaźniki ilościowe charakteryzujące moduł/przedmiot:

|  |  |
| --- | --- |
| **30** | **h** |
| **0** | **ECTS** |
|  | **ECTS** |

Tabela zgodności kierunkowych efektów kształcenia z efektami przedmiotu:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nr /symbol efektu | Wymienione w wierszu efekty kształcenia: | Odniesienie do efektów dla programu kształcenia na kierunku |
| **01** | posiada wiedzę związaną z wpływem ćwiczeń fizycznych na zdrowie, zna potrzeby organizmu i formy aktywności fizycznej w utrzymaniu zdrowia, jak również konsekwencje i zagrożenia związane z brakiem aktywności fizycznej. |  |
| **02** | zna przepisy, zasady gry oraz historię wybranej przez siebie formy ruchu**.** |  |
| **03** | korzysta w sposób bezpieczny z obiektów i urządzeń sportowych, stosuje prawidłową asekurację podczas ćwiczeń. |  |
| **04** | przeprowadza prawidłową rozgrzewkę, układa i wykonuje prosty zestaw ćwiczeń. |  |
| **05** | demonstruje wybrane elementy techniczne i taktyczne poszczególnych dyscyplin sportowych (do wyboru: aerobic, judo, tenis stołowy, badminton, siatkówka, koszykówka, p.nożna, pływanie, siłownia, tańce latynoamerykańskie) , definiuje przepisy i zasady gry w wybranych formach ruchu, sędziuje podczas gry. |  |
| **06** | dokonuje analizy poziomu własnej sprawności fizycznej |  |
| **07** | potrafi współdziałać w grupie i przyjmować różne role- kreowania i wspierania postaw innych, wykonywania poleceń trenera, nauczyciela, oraz współzawodnictwa, rywalizacji i odpowiedzialności. |  |
| **08** | prawidłowo interpretuje i identyfikuje problemy w czasie wykonywania zadań i podejmuje właściwe decyzje w celu ich rozwiązania. |  |

*Całkowity nakład czasu pracy - przyporządkowania ECTS2):*

|  |  |
| --- | --- |
| *Uczestnictwo w wykładach* | *30h-1,2 ECTS* |
| *Udział w konsultacjach* | *5h-0,2 ECTS* |
| *Przygotowanie do testu zaliczeniowego(wykład)* | *15h-0,6 ECTS* |
| *Razem:* | *50h* |
|  | ***2 ECTS*** |

*W ramach całkowitego nakładu czasu pracy studenta - łączna liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich:*

|  |  |
| --- | --- |
| *Wykłady* | *30h* |
| *Udział w konsultacjach* | *5h* |
|  |  |
|  |  |
| *Razem:* | *35 h* |
|  | ***1,4 ECTS*** |

*W ramach całkowitego nakładu czasu pracy studenta - łączna liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć o charakterze praktycznym:*

|  |  |
| --- | --- |
| *Przygotowanie do testu zaliczeniowego* | *15 h* |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| *Razem* | ***0,6 ECTS*** |