|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 praktycznychsystematyczny 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***  |