Karta modułu/przedmiotu

Wypełnia Zespół Kierunku							
	Nazwa modułu (bloku przedmiotów): **PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO**					Kod modułu: A	
	NAZWA PRZEDMIOTU: **WYCHOWANIE FIZYCZNE**					Kod przedmiotu: A/2	
	Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej przedmiot / moduł: **INSTYTUT PEDAGOGICZNO-JĘZYKOWY**						
	Nazwa kierunku: **PSYCHOLOGIA**						
	Moduł**: psychologia wychowawczo-edukacyjna/ psychologia kliniczna i zdrowia**						
	Forma studiów: **STACJONARNE**		Profil kształcenia: **PRAKTYCZNY**			Poziom studiów: **jednolite studia magisterskie**	
	Rok / semestr**:** **I/1**		Status przedmiotu /modułu: **OBOWIĄZKOWY**			Język przedmiotu / modułu: **POLSKI**	
	Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	laboratorium	projekt	seminarium	inne (wpisać jakie)
	Wymiar zajęć (godz.)		**30**				

Koordynator przedmiotu / modułu*	mgr Henryka Szumna
Prowadzący zajęcia*	mgr H. Szumna, mgr A. Misiewicz, mgr R. Podhorodecki
Cel kształcenia przedmiotu / modułu	1. Doskonalenie umiejętności ruchowych będących podstawą aktywności zdrowotnej, rekreacyjnej i sportowej poprzez uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego w obiektach zamkniętych i w terenie. 2. Promowanie aktywności outdoorowej poprzez naukę wykorzystania terenów naturalnych i środowiska do organizacji różnych form wychowania fizycznego. 3. Przygotowanie studenta do świadomego oraz samodzielnego uczestnictwa w kulturze fizycznej po zakończeniu procesu edukacyjnego, dla zachowania jego zdrowia fizycznego i psychicznego. 4. Rozwijanie indywidualnych predyspozycji i uzdolnień studenta z zakresu kultury fizycznej. 5. Kształtowanie postaw wychowawczych i społecznych w kulturze fizycznej (fair-play), współpraca w grupie.
Wymagania wstępne	1. Brak przeciwskazań zdrowotnych studenta do aktywnego uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego. 2. Student powinien posiadać umiejętności i kompetencje w zakresie WF na poziomie szkoły średniej. 3. Student z niepełnosprawnością lub z ograniczeniami zdolności do zajęć z wychowania fizycznego przedstawia stosowne dokumenty potwierdzające aktualny stan zdrowia, w celu zapisania na zajęcia w wybranej formie alternatywnej. 4. Podczas zajęć, w trakcie asekuracji i demonstracji ćwiczeń, może zaistnieć potrzeba bezpośredniego kontaktu nauczyciela z ćwiczącym studentem.

** Zmiany koordynatora przedmiotu oraz prowadzącego zajęcia dokonuje Dyrektor Instytutu po akceptacji Prorektora ds. Kształcenia. Nowy koordynator przedmiotu oraz prowadzący przedmiot potwierdza zapoznanie się z treściami zawartymi w karcie przedmiotu.*

EFEKTY UCZENIA SIĘ		
Nr efektu uczenia się/ grupy efektów	Opis efektu uczenia się	Kod kierunkowego efektu uczenia się

01	Student zna i rozumie w pogłębionym stopniu przepisy BHP oraz zasady zachowania się podczas organizacji różnego rodzaju aktywności fizycznej. Student zna i rozumie w pogłębionym stopniu zasady promocji zdrowia i zdrowego stylu życia oraz pojęcia z zakresu sprawności motorycznej, ich praktycznego zastosowania.	PS_W02 PS_W03
02	Student zna i rozumie w pogłębionym stopniu zagadnienia z zakresu form aktywności fizycznej służących rozwijaniu i podtrzymywaniu sprawności ruchowej i zdrowia, rozumie uwarunkowania prowadzonej działalności.	PS_W05
03	Student potrafi wykorzystywać posiadaną wiedzę - wykonywać zadania typowe dla aktywności fizycznej, stymulować i planować swój poziom sprawności fizycznej poprzez doskonalenie zdobytych umiejętności doboru czynności ruchowych, obciążeń oraz przyrządów i przyborów.	PS_U03
04	Student potrafi wykorzystywać posiadaną wiedzę - ocenić swoją sprawność fizyczną i możliwości ruchowe, wykazując aktywność w profilaktyce zdrowia; ma pogłębione umiejętności oceniania zagrożeń współczesnej cywilizacji, potrafi analizować warunki i potrzeby dbania o swoją sprawność fizyczną i zdrowy styl życia dla zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego po zakończeniu edukacji.	PS_U04 PS_U06
05	Student wykorzystując swoją wiedzę i umiejętności potrafi uczestniczyć w różnych formach aktywności fizycznej, jako sposób organizacji czasu wolnego i podtrzymania kondycji fizycznej w perspektywie długości życia.	PS_U13
06	Student jest gotów podjąć działania prozdrowotne i edukacyjne wykorzystując w praktyce wiedzę oraz umiejętności w zakresie różnych form aktywności ruchowej, w tym umiejętności organizacji czasu wolnego w warunkach naturalnych, dla siebie i członków grupy.	PS_K03
07	Student jest gotów do podejmowania współpracy z otoczenia społecznym, wykorzystuje walory zdrowotne, rekreacyjne i sportowe nauczonych dyscyplin sportowych w organizacji swojego czasu wolnego i zespołu; potrafi współdziałać i pracować w grupie, przyjmując w niej różne role.	PS_K04
08	Student jest gotów do prezentowania zachowań w sposób profesjonalny i przestrzegania zasad etyki i wartości „fair play” na zajęciach wychowania fizycznego oraz w życiu codziennym.	PS_K05

TREŚCI PROGRAMOWE

Wykład

Ćwiczenia

Aktywności do wyboru:

1. Nauka elementów technicznych w wybranych grach zespołowych, m.in.: siatkówka, koszykówka, piłka nożna, unihokej.
2. Nauka gier i zabaw ruchowych kształtujących cechy motoryczne, podnoszące sprawność fizyczną oraz umiejętność współdziałania i współzawodnictwa w zespole – część podstawowa. Zapoznanie się z różnorodnością testów i metod pomiaru sprawności fizycznej.
3. Zajęcia outdoorowe, m.in.: nauka gier i zabaw terenowych, marsze na orientację – podstawowe zasady.
4. Ćwiczenia siłowe – podstawy, m.in.: trening siłowy jako forma profilaktyki zdrowotnej.
5. Nauka pływania kraulem na grzbiecie – jako działanie prozdrowotne, wzmacniające siłę mięśni grzbietu i kręgosłupa.
6. Zajęcia kompensacyjno-korekcyjne - zajęcia alternatywne wychowania fizycznego dla studentów z niepełnosprawnościami, którzy posiadają aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, lub z ograniczeniem zdolności do zajęć z wychowania fizycznego (zaświadczenie lekarskie wydane przez lekarza specjalistę). Przykładowe zajęcia alternatywne: ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne, ćwiczenia w wodzie, szachy, boccia, zajęcia teoretyczne.

Laboratorium

Projekt

Seminarium

Inne

Literatura podstawowa*	*Nie dotyczy*
Literatura uzupełniająca*	*Nie dotyczy*
Metody kształcenia	Metody realizacji treści programowych: – metody nauczania zadań ruchowych: syntetyczna, analityczna, mieszana, kompleksowa; – metody realizacji zadań ruchowych: reproduktywne (odtwórcze), proaktywne (usamodzielniające), kreatywne (twórcze); – metody przekazywania wiadomości: reproduktywne, proaktywne, kreatywne, prób i błędów.
Metody kształcenia z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość	

** Literatura może być zmieniona po akceptacji Dyrektora Instytutu*

Metody weryfikacji efektów uczenia się	Nr efektu uczenia się/grupy efektów
Obserwacja pracy studenta przez prowadzącego.	01 – 08
Aktywność na zajęciach: m.in. wykonywanie zaleconych zadań praktycznych i ćwiczeń fizycznych.	01 – 08
Opracowanie i zaprezentowanie jednostki ćwiczeniowej jednej z wybranych form zajęć dostosowanej do potrzeb i preferencji studenta, grupy.	03 – 08
Samoocena	01 – 08
Formy i warunki zaliczenia	Zaliczenie na ocenę: – frekwencja na zajęciach – 70%; – aktywność na zajęciach – 15%; – zachowanie zgodne z duchem „fair play” – 15%. – student/studentka z niepełnosprawnością może być zwolniony/a z zajęć alternatywnych. 1. Dopuszcza się zaliczenie przedmiotu wychowanie fizyczne na podstawie aktywności w sekcji sportowej Klubu Uczelnianego AZS ANS w Elblągu. Wymagany jest wniosek studenta, zaopiniowany przez nauczyciela akademickiego prowadzącego zajęcia z WF oraz akceptacja Dyrektora Instytutu prowadzącego dany kierunek studiów - przed rozpoczęciem danego semestru. 2. Zaliczenia przedmiotu dokonuje nauczyciel akademicki prowadzący zajęcia w danym semestrze, po weryfikacji osiągniętych przez studenta efektów uczenia się w oparciu o wykaz aktywności potwierdzony przez opiekuna sekcji.

NAKŁAD PRACY STUDENTA			
Rodzaj działań/zajęć	Liczba godzin		
	Ogółem	W tym zajęcia powiązane z praktycznym przygotowaniem zawodowym	W tym udział w zajęciach przeprowadzanych z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość
Udział w wykładach	-	-	
Samodzielne studiowanie	-	-	

Udział w ćwiczeniach audytoryjnych i laboratoryjnych, warsztatach, seminariach	30	-	
Samodzielne przygotowywanie się do ćwiczeń	-	-	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	-	-	
Przygotowanie się do egzaminu / zaliczenia	-	-	
Udział w konsultacjach	-	-	
Inne	-	-	
ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz.	30	-	
Liczba punktów ECTS za przedmiot	**0 ECTS**		
Liczba punktów ECTS związana z zajęciami praktycznymi	**0**		
Liczba punktów ECTS związana z kształceniem na odległość (kształcenie z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)[1]	**0**		
Liczba punktów ECTS związana za zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	**0**		

Karta modułu/przedmiotu

Wypełnia Zespół Kierunku							
	Nazwa modułu (bloku przedmiotów): **PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO**				Kod modułu: A		
	NAZWA PRZEDMIOTU: **WYCHOWANIE FIZYCZNE**				Kod przedmiotu: A/2		
	Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej przedmiot / moduł: **INSTYTUT PEDAGOGICZNO-JĘZYKOWY**						
	Nazwa kierunku: **PSYCHOLOGIA**						
	Moduł**: psychologia wychowawczo-edukacyjna/ psychologia kliniczna i zdrowia**						
	Forma studiów: **STACJONARNE**		Profil kształcenia: **PRAKTYCZNY**		Poziom studiów: **jednolite studia magisterskie**		
	Rok / semestr**:** **I/2**		Status przedmiotu /modułu: **OBOWIĄZKOWY**		Język przedmiotu / modułu: **POLSKI**		
	Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	laboratorium	projekt	seminarium	inne (wpisać jakie)
	Wymiar zajęć (godz.)		**30**				

Koordynator przedmiotu /modułu*	mgr Henryka Szumna
Prowadzący zajęcia*	mgr H. Szumna, mgr A. Misiewicz, mgr R. Podhorodecki
Cel kształcenia przedmiotu / modułu	1. Doskonalenie umiejętności ruchowych będących podstawą aktywności zdrowotnej, rekreacyjnej i sportowej poprzez uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego w obiektach zamkniętych i w terenie. 2. Promowanie aktywności outdoorowej poprzez naukę wykorzystania terenów naturalnych i środowiska do organizacji różnych form wychowania fizycznego.

[1] W przypadku zajęć kształtujących umiejętności praktyczne metody i techniki kształcenia na odległość mogą być wykorzystywane pomocniczo

	3. Przygotowanie studenta do świadomego oraz samodzielnego uczestnictwa w kulturze fizycznej po zakończeniu procesu edukacyjnego, dla zachowania jego zdrowia fizycznego i psychicznego. 4. Rozwijanie indywidualnych predyspozycji i uzdolnień studenta z zakresu kultury fizycznej. 5. Kształtowanie postaw wychowawczych i społecznych w kulturze fizycznej (fair-play), współpraca w grupie.
Wymagania wstępne	1. Brak przeciwskazań zdrowotnych studenta do aktywnego uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego. 2. Student powinien posiadać umiejętności i kompetencje w zakresie WF na poziomie szkoły średniej. 3. Student z niepełnosprawnością lub z ograniczeniami zdolności do zajęć z wychowania fizycznego przedstawia stosowne dokumenty potwierdzające aktualny stan zdrowia, w celu zapisania na zajęcia w wybranej formie alternatywnej. 4. Podczas zajęć, w trakcie asekuracji i demonstracji ćwiczeń, może zaistnieć potrzeba bezpośredniego kontaktu nauczyciela z ćwiczącym studentem

** Zmiany koordynatora przedmiotu oraz prowadzącego zajęcia dokonuje Dyrektor Instytutu po akceptacji Prorektora ds. Kształcenia. Nowy koordynator przedmiotu oraz prowadzący przedmiot potwierdza zapoznanie się z treściami zawartymi w karcie przedmiotu.*

EFEKTY UCZENIA SIĘ

Nr efektu uczenia się/ grupy efektów	Opis efektu uczenia się	Kod kierunkowego efektu uczenia się
01	Student zna i rozumie w pogłębionym stopniu przepisy BHP oraz zasady zachowania się podczas organizacji różnego rodzaju aktywności fizycznej. Student zna i rozumie w pogłębionym stopniu zasady promocji zdrowia i zdrowego stylu życia oraz pojęcia z zakresu sprawności motorycznej, ich praktycznego zastosowania.	PS_W02 PS_W03
02	Student potrafi wykorzystać posiadaną wiedzę - wykonywać zadania typowe dla aktywności fizycznej, stymulować i planować swój poziom sprawności fizycznej poprzez doskonalenie zdobytych umiejętności doboru czynności ruchowych, obciążeń oraz przyrządów i przyborów.	PS_U03
03	Student potrafi wykorzystywać posiadaną wiedzę i umiejętności uczestniczenia w różnych formach aktywności fizycznej, jako sposób organizacji czasu wolnego i podtrzymania kondycji fizycznej w perspektywie długości życia.	PS_U13
04	Student jest gotów podjąć działania prozdrowotne i edukacyjne wykorzystując w praktyce wiedzę oraz umiejętności w zakresie różnych form aktywności ruchowej, w tym umiejętności organizacji czasu wolnego w warunkach naturalnych, dla siebie i członków grupy.	PS_K03
05	Student jest gotów do prezentowania zachowań w sposób profesjonalny i przestrzegania zasad etyki i wartości „fair play” na zajęciach wychowania fizycznego oraz w życiu codziennym.	PS_K05

TREŚCI PROGRAMOWE

Wykład

Ćwiczenia

Aktywności do wyboru:

1. Nauka elementów technicznych w wybranych grach zespołowych, m.in.: siatkówka, koszykówka, piłka nożna, unihokej.
2. Nauka gier i zabaw ruchowych kształtujących cechy motoryczne, podnoszące sprawność fizyczną oraz umiejętność współdziałania i współzawodnictwa w zespole – część podstawowa. Zapoznanie się z różnorodnością testów i metod pomiaru sprawności fizycznej.
3. Zajęcia outdoorowe, m.in.: nauka gier i zabaw terenowych, marsze na orientację – podstawowe

zasady.
4. Ćwiczenia siłowe – podstawy, m.in.: trening siłowy jako forma profilaktyki zdrowotnej.
5. Nauka pływania kraulem na grzbiecie – jako działanie prozdrowotne, wzmacniające siłę mięśni grzbietu i kręgosłupa.
6. Zajęcia kompensacyjno-korekcyjne - zajęcia alternatywne wychowania fizycznego dla studentów z niepełnosprawnościami, którzy posiadają aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, lub z ograniczeniem zdolności do zajęć z wychowania fizycznego (zaświadczenie lekarskie wydane przez lekarza specjalistę). Przykładowe zajęcia alternatywne: ćwiczenia korekcyjno-kompensacyjne, ćwiczenia w wodzie, szachy, boccia, zajęcia teoretyczne.

Laboratorium
Projekt
Seminarium
Inne

Literatura podstawowa*	*Nie dotyczy*
Literatura uzupełniająca*	*Nie dotyczy*
Metody kształcenia	Metody realizacji treści programowych: – metody nauczania zadań ruchowych: syntetyczna, analityczna, mieszana, kompleksowa; – metody realizacji zadań ruchowych: reproduktywne (odtwórcze), proaktywne (usamodzielniające), kreatywne (twórcze); – metody przekazywania wiadomości: reproduktywne, proaktywne, kreatywne, prób i błędów.
Metody kształcenia z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość	

** Literatura może być zmieniona po akceptacji Dyrektora Instytutu*

Metody weryfikacji efektów uczenia się	Nr efektu uczenia się/grupy efektów
Obserwacja pracy studenta przez prowadzącego.	01 – 05
Aktywność na zajęciach: m.in. wykonywanie zaleconych zadań praktycznych i ćwiczeń fizycznych.	01 – 05
Opracowanie i zaprezentowanie jednostki ćwiczeniowej jednej z wybranych form zajęć dostosowanej do potrzeb i preferencji studenta, grupy.	03 – 05
Samoocena	01 – 05
Formy i warunki zaliczenia	Zaliczenie na ocenę: – frekwencja na zajęciach – 70%; – aktywność na zajęciach – 15%; – zachowanie zgodne z duchem „fair play” – 15%. – student/studentka z niepełnosprawnością może być zwolniony/a z zajęć alternatywnych. 1. Dopuszcza się zaliczenie przedmiotu wychowanie fizyczne na podstawie aktywności w sekcji sportowej Klubu Uczelnianego AZS ANS w Elblągu. Wymagany jest wniosek studenta, zaopiniowany przez nauczyciela akademickiego prowadzącego zajęcia z WF oraz akceptacja Dyrektora Instytutu prowadzącego dany kierunek studiów - przed rozpoczęciem danego semestru. 2. Zaliczenia przedmiotu dokonuje nauczyciel akademicki

	prowadzący zajęcia w danym semestrze, po weryfikacji osiągniętych przez studenta efektów uczenia się w oparciu o wykaz aktywności potwierdzony przez opiekuna sekcji.

NAKŁAD PRACY STUDENTA			
Rodzaj działań/zajęć	Liczba godzin		
	Ogółem	W tym zajęcia powiązane z praktycznym przygotowaniem zawodowym	W tym udział w zajęciach przeprowadzanych z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość
Udział w wykładach	-	-	
Samodzielne studiowanie	-	-	
Udział w ćwiczeniach audytoryjnych i laboratoryjnych, warsztatach, seminariach	30	-	
Samodzielne przygotowywanie się do ćwiczeń	-	-	
Przygotowanie projektu / eseju / itp.	-	-	
Przygotowanie się do egzaminu / zaliczenia	-	-	
Udział w konsultacjach	-	-	
Inne	-	-	
ŁĄCZNY nakład pracy studenta w godz.	30	-	
Liczba punktów ECTS za przedmiot	**0 ECTS**		
Liczba punktów ECTS związana z zajęciami praktycznymi	**0**		
Liczba punktów ECTS związana z kształceniem na odległość (kształcenie z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość)[2]	**0**		
Liczba punktów ECTS związana za zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich	**0**		

[2] W przypadku zajęć kształtujących umiejętności praktyczne metody i techniki kształcenia na odległość mogą być wykorzystywane pomocniczo