

WYŻSZA SZKOŁA BEZPIECZEŃSTWA
z siedzibą w Poznaniu

AKCEPTUJĘ
DZIEKAN



.....
(pieczęć data i podpis)

SYLABUS PRZEDMIOTU:

Nazwa przedmiotu:	Wychowanie fizyczne											
Kod przedmiotu:	A.14											
Osoba odpowiedzialna za przedmiot:												
Osoby prowadzące zajęcia:												
Wydział:	Nauk Społecznych w Giżycku											
Kierunek:	Psychologia											
Poziom kształcenia:	Studia I stopnia											
Specjalność:	Nie dotyczy											
Semestr realizacji przedmiotu:	2,4											
Przedmioty wprowadzające:	Brak											
Wymagania wstępne:	Brak przeciwwskazań lekarskich do ćwiczeń fizycznych											
Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Rodzaje / forma zajęć											
	Stacjonarne						Niestacjonarne					
	BK						BK					
	W	C		K	N	Σ	W	C		K	N	Σ
		S	T					S	T			
semestr nr 2	0	4	24	2	0	0	0	4	24	2	0	0
semestr nr 4	0	4	24	2	0	0	0	4	24	2	0	0
Oznaczenie rodzaju zajęć:												
BK - zajęcia realizowane w bezpośrednim kontakcie nauczyciela ze studentem, N - zajęcia realizowane bez bezpośredniego kontaktu nauczyciela ze studentem												
Oznaczenie form zajęć:												
W - wykład, C - ćwiczenia praktyczne (S - realizowane w sali, T - realizowane w terenie), K- egzaminy, instruktarze, konsultacje, narady, seminaria, zaliczenia, itp.												

Efekty uczenia się:		Symbol (odniesienie do) EPK/EKK/ESK¹	Sposób weryfikacji efektów uczenia się (forma zaliczeń)
Wiedza²:			
1	Zna uwarunkowania rozwoju i utrzymywania cech motorycznych, aktywności ruchowej oraz umiejętności fizycznych w aspekcie prawidłowego funkcjonowania organizmu	P_W14	Obecność na zajęciach, aktywność, zadania grupowe
Umiejętności:			
1	Potrafi ocenić przydatność typowych metod, procedur i dobrych praktyk do realizacji zadań praktycznych	P_U03	Obecność na zajęciach, ćwiczenia grupowe,

¹ EPK/EKK/ESK – efekty podstawowe uczenia się/efekty kierunkowe uczenia się /efekty specjalnościowe uczenia się (w zależności od semestru, na którym prowadzony jest przedmiot)

² W odniesieniu do praktyk zawodowych w sylabusie nie ujmuje się efektów uczenia się z zakresu wiedzy.

	związanych ze studiowanym kierunkiem		aktywność	
2	Potrafi wykazać się specjalistycznymi umiejętnościami ruchowymi z zakresu wybranych form aktywności fizycznej na poziomie gwarantującym wysoką sprawność i wydolność organizmu	P_U16	Obecność na zajęciach, ćwiczenia grupowe, aktywność	
Kompetencje społeczne:				
1	Jest przygotowany do wypełniania zobowiązań społecznych, współdziałania i pracy w grupie, przyjmując w niej różne role	P_K05	ćwiczenia zespołowe, prezentowanie postawy	
2	Jest gotowy do dbania o poziom sprawności fizycznej niezbędnej dla wykonywanych poszczególnych zadań, także w aspekcie działalności zawodowej	P_K08	ćwiczenia zespołowe, prezentowanie postawy	
Metody dydaktyczne:		Ćwiczenia: pogadanka		
		Ćwiczenia: praca w grupach, zadania dydaktyczne, trening, zajęcia terenowe		
		Konsultacje		
Treści kształcenia (program wykładów i pozostałych zajęć)				Liczba godzin
				S N
Ćwiczenia praktyczne:				
Ćwiczenia realizowane w sali (C/S):				
1	Ćwiczenie 1. Kultura fizyczna i wychowanie fizyczne Zagadnienia: kultura fizyczna, aktywność fizyczna, zdrowy styl życia, kształtowanie sprawności ruchowych oraz umiejętności technicznych poprzez gry i ćwiczenia ogólnorozwojowe, gry i zabawy sportowe		2	2
2	Ćwiczenie 2: Gry zespołowe Zagadnienia: zasady gry w piłkę siatkową, ręczną, nożną, koszykówkę, paintball		2	2
3	Ćwiczenie 3: Gimnastyka i atletyka terenowa Zagadnienia: gimnastyka, atletyka terenowa		2	2
4	Ćwiczenie 4: Zajęcia organizacyjne – przygotowanie do zajęć praktycznych Zagadnienia: warunki zaliczenia i zwolnienia z zajęć praktycznych		2	2
RAZEM:			8	8
Ćwiczenia realizowane w terenie (C/T)³				
1	Ćwiczenie 1: Gimnastyka		6	6
2	Ćwiczenie 2: Atletyka terenowa		10	10
3	Ćwiczenie 3: Gry zespołowe: (piłka siatkowa, piłka nożna)		10	10
4	Ćwiczenie 4: Paintball		8	8
5	Ćwiczenie 5: Ściana wspinaczkowa		8	8
6	Ćwiczenie 6: Park linowy		6	6
RAZEM:			48	48
Forma zaliczenia przedmiotu: (egzamin (ustny/pisemny)/zaliczenie z oceną) ⁴		Zaliczenie z oceną		
Zaliczenie z oceną (ćwiczenia)				
Nr efektu uczenia się⁵	Sposób weryfikacji efektów uczenia się	Kryteria oceny osiągnięcia danego efektu uczenia się (tj. określenie wymagań na poszczególne oceny (6,0; 5,0; 4,5; 4,0; 3,5; 3,0; 2,0))	Forma dokumentu do złożenia w dziekanacie Wydziału	

³ Należy je uwzględnić w przypadku, gdy plan studiów uwzględnia zajęcia realizowane w terenie.

⁴ W odniesieniu do formy egzaminu należy precyzyjnie określić jego formę, tj. ustny czy pisemny.

⁵ Nr efektu uczenia się odnosi się do efektów uczenia się wyszczególnionych w tabeli z efektami uczenia się na s. 1-2.

	(forma zaliczeń) ⁶		
Wiedza:			
1	Obecność na zajęciach, aktywność, zadania grupowe	Indywidualnie określone przez prowadzącego	Listy obecności Lista ocen
Umiejętności:			
1	Obecność na zajęciach, aktywność, zadania grupowe	Indywidualnie określone przez prowadzącego	Listy obecności Lista ocen
2	Obecność na zajęciach, aktywność, zadania grupowe	Indywidualnie określone przez prowadzącego	Listy obecności Lista ocen
Kompetencje społeczne:			
1	ćwiczenia zespołowe, prezentowanie postawy	Indywidualnie określone przez prowadzącego	Listy obecności Lista ocen
2	ćwiczenia zespołowe, prezentowanie postawy	Indywidualnie określone przez prowadzącego	Listy obecności Lista ocen
Ogólne wskazówki do warunków zaliczenia przedmiotu:	<ul style="list-style-type: none"> • Warunki zaliczenia przedmiotu powinny być zgodne ze wskazanym w tabeli z efektami uczenia się (powyżej na s. 1-2) sposobem weryfikacji efektów uczenia się oraz formą zaliczenia przedmiotu. • Każdy sposób weryfikacji efektów uczenia się (formy zaliczeń) wskazany w sylabusie powinien być odpowiednio udokumentowany, a prace zaliczeniowe studentów (lub listy zagadnień/pytań w przypadku zaliczenia ustnego; listy aktywności itd.) wraz z listami obecności i uzasadnieniami wystawienia ocen (na pracach zaliczeniowych) potwierdzające właściwą weryfikację efektów uczenia się powinny być złożone w odpowiednim Wydziale. • W przypadku weryfikacji efektów uczenia się w postaci referatów/esejów/dłuższych prac pisemnych itp. należy w sylabusie podać ich temat/y. • Ocenę końcową z zaliczenia przedmiotu kończącego się egzaminem wylicza się na podstawie procentowego udziału oceny z ćwiczeń i egzaminu w ocenie końcowej. Ocena z ćwiczeń stanowi 40%, a ocena z egzaminu 60% oceny końcowej 		
Literatura:			
Podstawowa (dostępna w bibliotece WSB/bibliotece wydziału):			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Hajduk E., Szkice z socjologii sportu, Poznań 2013 2. Kielbasiewicz- Drozdowdka J., Marcinkowski M., Siwiński W., Aktywność rekreacyjna, sportowa i turystyczna w różnych środowiskach społeczno- zawodowych, Poznań 2000 3. Magiera L., Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej, Kraków 2003 4. Wryk R., Zarys działalności Akademickiego Związku Sportowego w Poznaniu 1919-1949, Poznań 2007 			
Uzupełniająca:			
1. Kozdroń A., Wychowanie przez zabawę. Projekty i gry w kształtowaniu kluczowych kompetencji u dzieci i młodzieży, Warszawa 2015			

⁶ Obecność na zajęciach nie stanowi potwierdzenia osiągnięcia żadnego efektu. Jest warunkiem przystąpienia do zaliczenia ćwiczeń.

2. Kłodecka- Różalska J., Sporsmentka- kobieta sukcesu, Warszawa 2003

Zalecana literatura dostępna jest również w polskich bazach e-czasopism i e-książek takich jak libra.ibuk.pl, epnp.pl, depot.ceon.pl, isip.sejm.gov.pl, journals.bg.agh.edu.pl, otworzksiazke.pl, polona.pl, google scholar, zasoby WBN oraz w bazach archiwalnych czasopism specjalistycznych udostępnianych w Internecie. Elektroniczną wersję materiałów dydaktycznych z wykładów i ćwiczeń, instrukcje i objaśnienia do zadań prowadzący mogą umieszczać na uczelnianej platformie e-learning (e-learning.wsb.net.pl).

Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)

Forma nakładu pracy studenta:	Obciążenie studenta [liczba godzin]	
	S	N
udział w wykładach	0	0
udział w ćwiczeniach praktycznych realizowanych w sali (S)	8	8
udział w ćwiczeniach praktycznych realizowanych w terenie (T)	48	48
realizacja zajęć praktycznych w ramach godzin zajęć bez bezpośredniego kontaktu nauczyciela ze studentem ⁷ (przynajmniej 60% godzin zajęć realizowanych bez bezpośredniego kontaktu nauczyciela ze studentem)	0	0
samodzielne studiowanie (przygotowanie do zajęć, egzaminów, zaliczeń itp.) w ramach godzin bez bezpośredniego kontaktu nauczyciela ze studentem (do 40% godzin zajęć realizowanych bez bezpośredniego kontaktu nauczyciela ze studentem)	0	0
konsultacje, instruktarze, narady, seminaria, egzaminy, zaliczenia	4	4
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	60	60
Punkty ECTS za przedmiot:	0	0

Uwagi:

Data i podpis wykładowcy:

Data złożenia sylabusu:

⁷ Suma godzin zajęć praktycznych realizowanych bez bezpośredniego kontaktu nauczyciela ze studentem oraz przeznaczonych na samodzielne studiowanie studenta powinna stanowić 100% wszystkich godzin bez bezpośredniego kontaktu nauczyciela ze studentem określonych w planach studiów.