



## KARTA OPISU PRZEDMIOTU - SYLABUS

Nazwa przedmiotu

Wychowanie fizyczne

### Przedmiot

Kierunek studiów

Edukacja Techniczno Informatyczna

Studia w zakresie (specjalność)

Poziom studiów

pierwszego stopnia

Forma studiów

stacjonarne

Rok/semestr

2/3

Profil studiów

ogólnoakademicki

Język oferowanego przedmiotu

polski

Wymagalność

obligatoryjny

### Liczba godzin

Wykład

Laboratoria

Inne (np. online)

Ćwiczenia

Projekty/seminaria

30

### Liczba punktów ECTS

0

### Wykładowcy

Odpowiedzialny za przedmiot/wykładowca:

Wojciech Weiss

Odpowiedzialny za przedmiot/wykładowca:

email: wojciech.weiss@put.poznan.pl

tel. 61 6652617

Centrum Sportu

### Wymagania wstępne

W przypadku gier zespołowych i pływania wymagane są podstawowe umiejętności i znajomości danej dyscypliny. Pozostałe dyscypliny wyuczane są od podstaw. Ponadto w zakresie kompetencji społecznych student musi prezentować takie postawy jak uczciwość, odpowiedzialność, wytrwałość, ciekawość poznawcza, kreatywność, kultura osobista, szacunek dla innych ludzi.

### Cel przedmiotu

Podniesienie sprawności fizycznej, wydolności organizmu, działania prozdrowotne, kształtowanie nawyku aktywnego spędzania czasu wolnego i dbałości o psycho-fizyczną sprawność własnego organizmu, umiejętność pracy zespołowej.



## Przedmiotowe efekty uczenia się

### Wiedza

1. zna zasady BHP. Zna zasady rozgrywania wybranych gier zespołowych

### Umiejętności

1. dbałość o wydolność swojego organizmu i prowadzić działania prozdrowotne [K1\_U05]
2. kształtować nawyk aktywnego spędzania czasu wolnego i dbałości o psycho-fizyczną sprawność własnego organizmu [K1\_U03]

### Kompetencje społeczne

1. potrafi współdziałać i pracować w grupie, przyjmując w niej różne role [K1\_K01]
2. ma świadomość potrzeby dbałości o zdrowie i sprawność fizyczną [K1\_K04]

## Metody weryfikacji efektów uczenia się i kryteria oceny

Efekty uczenia się przedstawione wyżej weryfikowane są w następujący sposób:

Sprawdzanie założonych efektów kształcenia realizowane jest przez:

- aktywny udział w zajęciach
- wymierna ocena postępu sprawnościowego na podstawie testów
- osiągnięcia sportowe
- udział w zawodach sportowych

## Treści programowe

Dyscypliny proponowane dla kierunku Informatyka: gry zespołowe (koszykówka, siatkówka, piłka nożna), ćwiczenia siłowe, tenis stołowy, pływanie, aerobik, tenis ziemny, narty, Taekwon-do ITF.

Dodatkowo można uczestniczyć w zajęciach grup międzywydziałowych (kolarstwo górskie, łyżwiarstwo, łyżworolki, grupy rehabilitacyjne dla studentów objętych zwolnieniami lekarskimi), Udział w treningach sekcji sportowych Klubu Uczelnianego AZS PP (nie mniej niż 2 razy w tygodniu) zwalnia z uczestnictwa w obowiązkowych zajęciach wychowania fizycznego.

## Metody dydaktyczne

Ćwiczenia: ćwiczenia specjalistyczne

## Literatura

Podstawowa

Uzupełniająca



**Bilans nakładu pracy przeciętnego studenta**

	Godzin	ECTS
Łączny nakład pracy	30	
Zajęcia wymagające bezpośredniego kontaktu z nauczycielem	30	
Praca własna studenta (studia literaturowe, przygotowanie do zajęć laboratoryjnych/ćwiczeń, przygotowanie do kolokwium/egzaminu, wykonanie projektu) <sup>1</sup>	30	

<sup>1</sup> niepotrzebne skreślić lub dopisać inne czynności