

Nazwa zajęć:	Wychowanie Fizyczne	ECTS	0
Nazwa zajęć w j. angielskim:	Physical Education		
Zajęcia dla kierunku studiów:	Ekologiczne Rolnictwo i Produkcja Żywności		

Język wykładowy: angielski		Poziom studiów: I	
Forma studiów: <input checked="" type="checkbox"/> stacjonarne <input type="checkbox"/> niestacjonarne	Status zajęć: <input checked="" type="checkbox"/> podstawowe <input type="checkbox"/> obowiązkowe <input type="checkbox"/> kierunkowe <input type="checkbox"/> do wyboru	Numer semestru: 2	<input type="checkbox"/> semestr zimowy <input checked="" type="checkbox"/> semestr letni
Rok akademicki, od którego obowiązuje opis (rocznik):		2019/2020	Numer katalogowy:

Koordynator zajęć:	mgr Jolanta Paluch
Prowadzący zajęcia:	Mgr Jolanta Paluch
Jednostka realizująca:	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu
Jednostka zlecająca:	Wydział Rolnictwa i Biologii

Założenia, cele i opis zajęć:	<p>Przygotowanie do aktywności fizycznej przez całe życie oraz ochrona i doskonalenie zdrowia własnego i innych.</p> <p>-Kształtowanie świadomej postawy wobec kultury fizycznej i stworzenie wizerunku aktywności ruchowej jako elementu życia niezbędnego do prawidłowego funkcjonowania organizmu na różnych etapach życia.</p> <p>-Podnoszenie sprawności fizycznej i wydolności organizmu oraz doskonalenie określonych nawyków ruchowych, poprawa postawy ciała i przyzwyczajenie do systematycznych ćwiczeń.</p> <p>-Dostosowanie form ruchu do możliwości psychofizycznych i zainteresowań studentów.</p> <p>-Nabywanie umiejętności radzenia sobie ze stresem, uczestnictwo we współzawodnictwie sportowym, doskonalenie umiejętności współpracy w zespole</p> <p>Ćwiczenia: Przedmiot realizowany na podstawie programów autorskich pracowników SWFiS w oparciu o wytyczne wynikające z celów wychowania fizycznego oraz ramowego programu wychowania fizycznego Studium. Studenci zapisują się internetowo na zajęcia z wybranych przez siebie aktywności sportowo-rekreacyjnych.</p> <p>Dyscypliny indywidualne: pilates, badminton, siłownia</p> <ul style="list-style-type: none"> o Nauczanie i doskonalenie wybranych elementów techniki w wybranej dyscyplinie o Kształtowanie cech motorycznych o Nauczanie umiejętności dostosowania obciążeń fizycznych do indywidualnych możliwości ze względu na poziom sprawności fizycznej o Nauczanie zasad samokontroli, samooceny i samorealizacji o Nauczanie nawyków ruchowych, które w przyszłości pozwolą na swobodne stosowanie tej formy ruchu <p>Gry zespołowe: piłka siatkowa, koszykówka, futsal</p> <ul style="list-style-type: none"> o Nauczanie i doskonalenie wybranych elementów techniki w ataku i w obronie o Nauczanie podstawowych zasad i założeń poszczególnych gier zespołowych o Nauczanie obowiązujących przepisów, zasad sędziowania w grach o Nauczanie stosowania zasad <i>fair play</i> we współzawodnictwie sportowym o Nauczanie radzenia sobie ze stresem, porażką i zwycięstwem <p>Zajęcia teoretyczne – przeznaczone dla studentów ze stałym i czasowym zwolnieniem lekarskim</p> <p>Rehabilitacja – realizowana przez studentów ze skierowaniem lekarskim określającym grupę dyspenseryjną.</p>
-------------------------------	--

Formy dydaktyczne, liczba godzin:	LC - ćwiczenia laboratoryjne, liczba godzin 30
-----------------------------------	--

Metody dydaktyczne:	<p>Poglądowa -pokaz elementów techniki, obserwacja prawidłowego ruchu</p> <p>Słowna – opis prawidłowego wykonania i wyjaśnienie jego zastosowania oraz wskazanie ewentualnych błędów</p> <p>Analityczna – nauczanie poszczególnych elementów ruchu (praca rąk, praca nóg itd.) przy nauczaniu techniki</p> <p>Syntetyczna – nauczanie całego ruchu elementy techniki w grach zespołowych</p> <p>Forma ścisła, zadaniowa – nauczanie taktyki w grach zespołowych</p> <p>Ćwiczenia we fragmentach gry – nauczanie taktyki w grach zespołowych</p> <p>Małe gry, gra szkolna, gra właściwa – doskonalenie poznanych elementów techniki i taktyki w rywalizacji sportowej</p>
---------------------	--

Wymagania formalne i założenia wstępne:	
---	--

Efekty uczenia się:	<p>Wiedza:</p> <p>W01 ma wiedzę dotyczącą przestrzegania zasad bhp, zna regulamin obiektów sportowych i zasady bezpiecznego korzystania z urządzeń sportowych</p> <p>W02 ma wiedzę jak wysiłek fizyczny wpływa na rozwój i funkcjonowanie organizmu</p> <p>W07 ma wiedzę na temat zasad i reguł wybranych aktywności sportowo-rekreacyjnych</p>	<p>Umiejętności:</p> <p>U01 potrafi dokonać analizy poziomu własnej sprawności fizycznej</p> <p>U02 potrafi przygotować organizm do wysiłku, kontrolować i oceniać stan wydolności organizmu</p> <p>U05 potrafi zastosować różne formy aktywności ruchowej uwzględniające aktualny stan zdrowia, możliwości fizyczne i wiek</p> <p>U06 potrafi podjąć wysiłek fizyczny w celu rozwoju swoich umiejętności wykazując się wytrwałością i systematycznością w dążeniu do celu</p>	<p>Kompetencje:</p> <p>K03 ma świadomość rozumienia relacji społecznych i umie to wykorzystać do osiągnięcia celów indywidualnych i zespołowych</p> <p>K04 rozumie potrzebę uczestnictwa w wybranych aktywnościach sportowo-rekreacyjnych jako jedną z form samorealizacji z pozytywnym dla zdrowia fizycznego i psychicznego.</p> <p>K06 ma świadomość odpowiedzialności za stan własnego zdrowia i innych</p>
Sposób weryfikacji efektów uczenia się:	ocena systematyczności oraz aktywności ; ocena postępu jaki student dokonał w trakcie zajęć ; ewentualnie pozytywny wynik sprawdzianów technicznych		
Forma dokumentacji osiągniętych efektów uczenia się:	oceny oraz zaliczenia wpisane w dziennikach zajęć		
Elementy i wagi mające wpływ na ocenę końcową:	systematyczność 50%, aktywność 25%, postęp 25%		
Miejsce realizacji zajęć:	obiekty sportowe SGGW		
Literatura podstawowa i uzupełniająca: Podręczniki metodyczne i przepisy dyscyplin sportowych podane przez nauczycieli w programach autorskich.			
<p>UWAGI</p> <p>inne godziny kontaktowe nie ujęte w pensum (konsultacje, egzaminy.....), liczba godzin.....</p>			

Wskaźniki ilościowe charakteryzujące moduł/przedmiot:

Szacunkowa sumaryczna liczba godzin pracy studenta (kontaktowych i pracy własnej) niezbędna dla osiągnięcia zakładanych dla zajęć efektów uczenia się - na tej podstawie należy wypełnić pole ECTS:	30 h
Łączna liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia:	0 ECTS

Tabela zgodności kierunkowych efektów uczenia się z efektami przedmiotu:

kategoria efektu	Efekty uczenia się dla zajęć:	Odniesienie do efektów dla programu studiów dla kierunku	Oddziaływanie zajęć na efekt kierunkowy*)
Wiedza – W01	ma wiedzę dotyczącą przestrzegania zasad bhp, zna regulamin obiektów sportowych i zasady bezpiecznego korzystania z urządzeń sportowych		
Wiedza – W02	ma wiedzę jak wysiłek fizyczny wpływa na rozwój i funkcjonowanie organizmu	K_W02	
Wiedza – W07	ma wiedzę na temat zasad i reguł wybranych aktywności sportowo-rekreacyjnych		
Umiejętności – U01	potrafi dokonać analizy poziomu własnej sprawności fizycznej		
Umiejętności – U02	potrafi przygotować organizm do wysiłku, kontrolować i oceniać stan wydolności organizmu		
Umiejętności -U05	potrafi zastosować różne formy aktywności ruchowej uwzględniające aktualny stan zdrowia, możliwości fizyczne i wiek		
Umiejętności – U06	potrafi podjąć wysiłek fizyczny w celu rozwoju swoich umiejętności wykazując się wytrwałością i systematycznością w dążeniu do celu		

Kompetencje – K03	ma świadomość rozumienia relacji społecznych i umie to wykorzystać do osiągania celów indywidualnych i zespołowych	K_K02	
Kompetencje – K04	rozumie potrzebę uczestnictwa w wybranych aktywnościach sportowo-rekreacyjnych jako jedną z form samorealizacji z pożytkiem dla zdrowia fizycznego i psychicznego.		
Kompetencje – K06	ma świadomość odpowiedzialności za stan własnego zdrowia i innych	K_K06	

*)

3 – zaawansowany i szczegółowy,

2 – znaczący,

1 – podstawowy,