

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Wychowanie Fizyczne	
ZZiZ/O/1/ST/33			Phisical Education	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2026/27		
Kierunek		Zarządzanie Żywieniem i Żywnością		
w zakresie		-		
Poziom studiów		Studia pierwszego stopnia		
Profil studiów		Profil ogólnoakademicki		
Forma studiów		Studia stacjonarne		
Semestr / semestry		1,2		
Przynależność do grupy zajęć		Grupa przedmiotów ogólnouczelnianych (E2)		
Status przedmiotu		do wyboru		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Ćwiczenia	60 [h]	0 ECTS
			[h]	
			[h]	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów			0 ECTS
	z uprawnieniami			0 ECTS
	z dyscypliną			0 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne		Wszyscy studenci kierunku Zarządzanie Żywieniem i Żywnością		
Jednostka prowadząca		Wydział Mechaniczny		
Koordynator		mgr Piotr Bartnik		
Adres strony internetowej pjo		www.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		p.bartnik@urad.edu.pl		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Cel kształcenia:	Nauczenie podstawowych form aktywności ruchowej. Przekazanie wiedzy na temat zdrowotnych skutków uprawiania sportu na studiach i w przyszłości.
Treści programowe:	1. Diagnoza sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego. 2. Trening zdrowotny. 3. Sporty całego życia i wypoczynek. 4. Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista. 5. Sport.
Metody dydaktyczne (kształcenia):	Analityczna, syntetyczna i kombinowana. Obserwacja
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych efektów uczenia się określonych dla przedmiotu. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich form zajęć wchodzących w skład danego przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta liczby punktów ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi. Sposób obliczenia oceny końcowej z przedmiotu określony został zarządzeniem Rektora URad.</p> <p>Ocenę wystawia się na podstawie średniej arytmetycznej ocen z testu sprawności prof. Pilicza oraz frekwencji i czynnego udziału w zajęciach.</p> <p>Ocena z testu- 80%</p> <p>Ocena za frekwencję- 20%</p> <p>Ocena stopnia osiągnięcia wymaganych kompetencji społecznych jest wynikiem oceny przeprowadzanej przez prowadzącego zajęcia na podstawie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - oceny aktywności studenta na zajęciach, - oceny na podstawie obserwacji bezpośredniej elementów: komunikacja, współpraca, rozwiązywanie problemów

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
U1	dobrać racjonalny sposób odżywiania się sprzyjający harmonijnemu rozwojowi fizycznemu.	K_W08	Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Test sprawności fizycznej	Średnia ocen wyniku z testu i frekwencji na zajęciach
U2	samodzielnie zaplanować metody, środki i formy pracy nad pomnożeniem własnego zdrowia i sprawności fizycznej	K_U09	Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Zaliczenie na ocenę	Test sprawności fizycznej
K2	przestrzegać zasad etyki zawodowej w stosunku do siebie i innych.	K_K03	Zajęcia sportowe lub inne formy zajęć organizowane przez SWFiS	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja, aktywność na zajęciach obserwacja

Literatura i pomoce naukowe

Literatura podstawowa:

1. Łatyszewski L., Piłka ręczna, koszykówka, piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń, Wyd. COS, Warszawa 1999.
2. Sozański H., Perkowski K., Śledziwski D. Efektywność systemów szkolenia w różnych dyscyplinach sportu. Warszawa 2000.
3. Augustynek P. Opis zagrożeń i podstawy udzielania pomocy w wodzie płynącej, "Agment" Kraków 2001 r.
3. Program wychowania fizycznego opracowanego przez zespół pracowników SWFiS w formie zwartej dla studentów wszystkich wydziałów UTH Rad.

Szczegółowy wykaz dodatkowych źródeł i pomocy naukowych na pierwszych zajęciach podaje prowadzący.

Literatura uzupełniająca:

Pomoce naukowe:

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS

Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]	
	Praca własna studenta - zajęcia bez nauczyciela (ZBN)	
Udział w ćwiczeniach	X	60 [h]
Przygotowanie do zajęć, Przygotowanie do zaliczenia	... [h]	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	... [h]/ ...ECTS	... [h]/ ...ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	0 ECTS	

Informacje dodatkowe, uwagi

W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów. Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.