

KARTA PRZEDMIOTU

Rok akademicki 2018/2019

Kod przedmiotu	0114-7WF-B/C33-OL	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Obóz letni <i>Summer camp</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
1.2. Forma studiów	<i>stacjonarne/niestacjonarne</i>
1.3. Poziom studiów	<i>pierwszego stopnia</i>
1.4. Profil studiów*	<i>praktyczny</i>
1.5. Specjalność*	<i>nauczycielska</i>
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	<i>WO, Instytut Fizjoterapii</i>
1.7. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	<i>mgr Piotr Osiakowski</i>
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	<i>mgr Piotr Osiakowski</i>
1.9. Kontakt	<i>posiakowski@ujk.edu.pl</i>

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	<i>P/K - podstawowy/kierunkowy</i>
2.2. Język wykładowy	<i>język polski</i>
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	<i>II</i>
2.4. Wymagania wstępne*	<i>Dobry stan zdrowia. Powinien posiadać ogólną znajomość budowy i funkcji organizmu człowieka. Ogólną wiedzę na temat: metodyki nauczania, teorii sportu i teorii wychowania fizycznego. Sprawność ogólną. Predyspozycje i zainteresowania sportem, turystyką i rekreacją.</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>ćwiczenia</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>Ośrodek AZS Wilkasy k/Giżycka</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	<i>Ćwiczenia praktyczne, wykład, pokaz multimedialny,</i>	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cendrowski Z. <i>„Poradnik młodzieżowego organizatora sportu. M.G.W Warszawa 2001.</i> 2. Kolaszewska A. Świdwiński P. <i>Żeglarz i sternik jachtowy „ Alma- Pres” Warszawa 2003.</i> 3. Borowiecki S. ,Klimowa M., <i>Gry i zabawy na obozach CRZZ. Warszawa 2011.</i> 4. T. Staniszewski, S. Neuhorn, <i>Obozy letnie, przewodnik do ćwiczeń. AWF Warszawa 2008.</i> 5. Trzeźniowski R., <i>Gry i zabawy ruchowe. Sport i Turystyka Warszawa 2011.</i>
	uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zieliński L. <i>„Bezpieczeństwo zdrowia i życia uczestników imprez sportowych, turystycznych i rekreacyjnych. K.F.S dla Wszystkich Warszawa 2000.</i> 2. Zagajewski T. <i>Bezpieczny wypoczynek dzieci i młodzieży. Łódź 2004.</i> 3. Błasiak P., Chadaj M., Kurek K., <i>Ratownictwo wodne. Pruszyński i S-ka Warszawa 2011.</i>

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)

Celem obozu jest przekazanie wiedzy i umiejętności studentom kierunku Wychowania Fizycznego jak wykorzystywać aktywność fizyczną na świeżym powietrzu jako bodźca naturalnego oddziaływania na organizm, wpływającego korzystnie na czynności wszystkich jego narządów. Organizowanie zajęć sportowo-rekreacyjnych z wykorzystaniem sprzętu i urządzeń naturalnych i sztucznych.

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

BHP na obozie : zapoznanie się z przepisami i procedurami podczas zajęć z żeglarstwa, kajakarstwa (bezpieczeństwo na wodzie), pływania , ratownictwa wodnego, turystyki pieszej i rowerowej.

Kajakarstwo : podstawowe umiejętności manewrowania kajakiem, regaty kajakowe, turystyka kajakowa.

Atletyka terenowa : kształtowanie zdolności motorycznych w warunkach terenowych, ćwiczenia terenowe z akcentem na siłę, szybkość i wytrzymałość, sportowy bieg orientacyjny(zaliczenie).

Gry i zabawy terenowe : przepisy i zasady gry w palanta, zabawy terenowe. Podchody itp.

ZGS : tech. kozłowania w p. kosz., podania i chwyty w piłce kosz., gra szkolna.

Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym w p. siatkowej, odbicia piłek w postawie o zachwianej równowadze w p. siatkowej, sposoby zagrywek w p. s. Gra właściwa.

Uderzenie piłki wew. cz. stopy , gra uproszczona 4:4, organizacja turniejów PN, PK i PS.

Gry rekreacyjne : kometka , ringo itp.- przepisy gry. Gry szkolne.

Turystyka piesza i rowerowa: ciekawe trasy turystyczne.

Żeglarstwo- manewry podstawowe i dodatkowe- turystyka żeglarska.

Zaliczeniowy bieg przelajowy na dystansie 5000m.

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	<i>potrafi diagnozować stany przeciążenia organizmu ćwiczeniami fizycznymi zna ich wpływ na organizm</i>	WF1P_W12 - potrafi diagnozować stany przeciążenia organizmu ćwiczeniami fizycznymi zna ich wpływ na organizm
W02	<i>posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka</i>	WF1P_W16 - posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka
W03	<i>posiada wiedzę dotyczącą podstaw turystyki i rekreacji, wie, jakie znaczenie odgrywa aktywna turystyka i rekreacja w procesie edukacji i w kształtowaniu osobowości</i>	WF1P_W18 - posiada wiedzę dotyczącą podstaw turystyki i rekreacji, wie, jakie znaczenie odgrywa aktywna turystyka i rekreacja w procesie edukacji i w kształtowaniu osobowości
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	<i>ocenia, planuje oraz przygotowuje odpowiedni rodzaj i miejsce aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, potrafi identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce</i>	WF1P_U05 - ocenia, planuje oraz przygotowuje odpowiedni rodzaj i miejsce aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, potrafi identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce
U02	<i>potrafi planować i prowadzić zajęcia z wychowania fizycznego w różnych warunkach i formach, w tym z wykorzystaniem terenów naturalnych i środowiska zewnętrznego</i>	WF1P_U12 - potrafi posługiwać się podstawową wiedzą pedagogiczną w celu projektowania racjonalnego wykorzystania czasu wolnego oraz przewidywać efekty planowanych działań
U03	<i>potrafi opracować i przeprowadzić jednostki lekcyjne i treningowe, które są zgodne z procesami uczenia się i nauczania, bezpieczeństwa i higieny pracy</i>	WF1P_U18 - potrafi opracować i przeprowadzić jednostki lekcyjne i treningowe, które są zgodne z procesami uczenia się i nauczania, bezpieczeństwa i higieny pracy
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	<i>okazuje szacunek i troskę wobec uczestników zajęć, dba o ich dobro, ujawnia wrażliwość etyczną, empatię, otwartość, refleksyjność, postawy prospołeczne i odpowiedzialność</i>	WF1P_K02 - okazuje szacunek i troskę wobec uczestników zajęć, dba o ich dobro, ujawnia wrażliwość etyczną, empatię, otwartość, refleksyjność, postawy prospołeczne i odpowiedzialność
K02	<i>wykazuje dbałość o bezpieczeństwo osób uczestniczących w zajęciach Jest świadomy odpowiedzialności prawnej w swojej działalności zawodowej realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia</i>	WF1P_K06 - wykazuje dbałość o bezpieczeństwo osób uczestniczących w zajęciach jest świadomy odpowiedzialności prawnej w swojej działalności zawodowej realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia
K03	<i>jest przekonany o sensie, wartości i potrzebie uczestnictwa w aktywności fizycznej, docenia znaczenie wychowania fizycznego w dbałości o ciało, jest świadomy jak wielką wartością jest zdrowie zarówno w wymiarze jednostkowym, jak i społecznym</i>	WF1P_K07 - jest przekonany o sensie, wartości i potrzebie uczestnictwa w aktywności fizycznej, docenia znaczenie wychowania fizycznego w dbałości o ciało, jest świadomy jak wielką wartością jest zdrowie zarówno w wymiarze jednostkowym, jak i społecznym

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia																						
Efekty przedmiotowe (symbol)		Sposób weryfikacji (+/-)																				
		Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (sprawdzian praktyczny)		
		Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
		W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01																						
W02																						
W03																						
U01																						
U02																						
U03																						
K01																						
K02																						
K03																						

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w podstawowym zakresie S.B.O . 12pkt. S.B.P 55min. Regaty kajakowe 40min.
	3,5	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w podstawowym zakresie S.B.P . 10pkt. SBP.50 min. Regaty kajakowe 30min.
	4	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w rozszerzonym zakresie S.B.O . 6pkt. S.B.P 40 min. Regaty kajakowe 25 min.
	4,5	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w rozszerzonym zakresie S.B.O . 4 pkt. S.B.P 35 min. Regaty kajakowe 20min.
	5	Osiągnął zakładane dla przedmiotu efekty kształcenia w rozszerzonym zakresie S.B.O . 2 pkt. S.B.P 30 min. Regaty kajakowe 17 min.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	60	60
Udział w ćwiczeniach	60	60
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/		
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	60	60
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....