

KARTA PRZEDMIOTU

Rok akademicki 2018/2019

Kod przedmiotu	0114-7WF-F2-PTiR	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Podstawy turystyki i rekreacji <i>Fundamentals of tourism and recreations</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	pierwszego stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Specjalność*	nauczycielska
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	WO, Instytut Fizjoterapii
1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	dr Jadwiga Kamińska
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	dr Jadwiga Kamińska
1.9. Kontakt	jkaminska@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	Fakultatywny - Do wyboru
2.2. Język wykładowy	język polski
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	VI
2.4. Wymagania wstępne*	Student posiada ogólną wiedzę na temat zajęć rekreacyjnych oraz ich wpływu na zdrowie człowieka

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć		Wykłady
3.2. Miejsce realizacji zajęć		zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK
3.3. Forma zaliczenia zajęć		zaliczenie z oceną
3.4. Metody dydaktyczne		Wykład informacyjny i problemowy (filmy dydaktyczne), dyskusja, pogadanka, prezentacja multimedialna
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Kielbasiewicz-Drozdowska I., Siwiński W., Teoria i metodyka rekreacji. Zagadnienia podstawowe. Wyd. AWF, Poznań, 2001. 2. Toczek-Werner S. (red.), Podstawy rekreacji i turystyki, AWF Wrocław 2007 3. Biernat E., Kozdroń E., Rekreacja i turystyka szkolna w procesie edukacji, 2008
	uzupełniająca	1. Winiarski R. (red.), Rekreacja i czas wolny, 2011 2. Bielec G., Półtorak W., Warchol K., Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej, 2011 3. Siwiński W., Tauber R. D., Rekreacja ruchowa. Zagadnienia eoretyczno-metodologiczne, 2004 4. Łobożewicz T., Propedeutyka Turystyki, AWF Warszawa, 1997 5. Różycki P., Zarys wiedzy o turystyce, 2009

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
C 1 - Zrozumienie istoty i znaczenia turystyki i rekreacji, ich funkcji i roli w życiu współczesnego człowieka. C 2 - Docenienie roli turystyki i rekreacji w promocji zdrowia człowieka i profilaktyce chorób cywilizacyjnych. C 3 - Poznanie motywów i barier uprawiania turystyki i rekreacji fizycznej
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)
Wykłady: 1. Biologiczne podstawy rekreacji. Po co ćwiczyć? 2. Podstawowe pojęcia z zakresu turystyki i rekreacji. 3. Czynniki i bariery rozwoju rekreacji. 4. Czynniki warunkujące zdrowie.. Prozdrowotny styl życia. 5. Zadania edukacji w zakresie rekreacji. Instytucje wspomagające rekreację. 6. Istota turystyki i rekreacji – jej funkcje i znaczenie w różnych okresach życia człowieka. 7. Wychowanie do rekreacji – rola rodziny i szkoły. 8. Gry i zabawy rekreacyjne.

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	<i>Nazywa podstawowe pojęcia związane z turystyką i rekreacją</i>	WF1P_W04 - dysponuje wiedzą oraz posiada elementarny zasób pojęć na tematy związane z psychicznym funkcjonowaniem człowieka w aspekcie działalności edukacyjnej i sportowej
W02	<i>Opisuje formy rekreacji ruchowej i rodzaje turystyki.</i>	WF1P_W21 - rozumie znaczenie gier i zabaw ruchowych w procesie edukacji rozwoju dzieci
W03	<i>Rozumie znaczenie wpływu zajęć ruchowych na zdrowie człowieka i w profilaktyce chorób cywilizacyjnych</i>	WF1P_W05 - zna wpływ zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej, odżywiania oraz czynników środowiskowych na zmiany zachodzące w budowie i czynnościach organizmu w każdym etapie rozwoju ontogenetycznego oraz jest świadomy zagrożeń dla zdrowia będących konsekwencją niedoboru lub nadmiaru aktywności fizycznej
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	<i>Potrafi dostosować formy rekreacji do warunków, pory roku, wieku i sprawności uczestników. Zna gry i zabawy rekreacyjne</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>Formułuje program imprezy rekreacyjnej Potrafi przygotować Harmonogram wycieczki.</i>	WF1P_U14 - Samodzielnie planuje aktywne formy turystyki oraz imprezy rekreacyjne potrafi organizować, prowadzić i sędziować zawody sportowe
U03	<i>Posługuje się fachowym nazewnictwem</i>	WF1P_U23 - Potrafi analizować i dyskutować kwestie związane z określoną problematyką zdrowia i kultury fizycznej
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	<i>Posiada świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie</i>	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie
K02	<i>Potrafi pełnić różne role organizacyjne, zawodowe, potrafi współpracować w zespole</i>	WF1P_K04 - Potrafi odpowiednio określić priorytety służące realizacji określonych celów edukacyjnych i sportowych, dokonując wyborów jest odpowiedzialny i autonomiczny, wykazuje aktywność, odznacza się wytrwałością w realizacji indywidualnych i zespołowych zadań, jest otwarty na zmiany i wrażliwy na potrzeby uczniów
K03	<i>Jest świadomy misji promowania zdrowego stylu życia, pełnienia funkcji animatora rekreacji i turystyki</i>	WF1P_K08 - rozumie potrzebę dbałości o swój poziom sprawności fizycznej niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, promowania zdrowego stylu życia oraz kształtowania postaw prozdrowotnych i prosomatycznych

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia																						
Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																					
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium* Harmonogram wycieczki			Projekt* Program imprezy			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*			
	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	x			x						x												
W02				x																		
W03	x			x						x												
U01				x																		
U02				x																		
U03				x						x												
K01				x									x									
K02				x																		
K03	x			x																		

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	W: osiągnięcie 35% maksymalnej ilości punktów w sprawdzianie
	3,5	W: osiągnięcie 40% maksymalnej ilości punktów w sprawdzianie
	4	W: osiągnięcie 50% maksymalnej ilości punktów w sprawdzianie
	4,5	W: osiągnięcie 60% maksymalnej ilości punktów w sprawdzianie
	5	W: osiągnięcie 70% maksymalnej ilości punktów w sprawdzianie

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	25	
Udział w wykładach*	25	
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*		
Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym*		
Inne (jakie?)*		
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	
Przygotowanie do wykładu*	25	
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*		
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*		
Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*		
Opracowanie prezentacji multimedialnej*		
Inne (jakie?)*		
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji 01.X.2018r Jadwiga Kamińska