



KARTA PRZEDMIOTU

C4. Edukacja zdrowotna

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):	Edukacja zdrowotna (C4)
Nazwa przedmiotu (j. ang.):	
Kierunek studiów:	Wychowanie Fizyczne
Poziom studiów:	Studia I stopnia
Profil:	Praktyczny (P)
Forma studiów:	Studia stacjonarne, niestacjonarne
Punkty ECTS:	2
Język wykładowy:	polski
Rok akademicki:	2021/22
Semestr:	2
Koordinator przedmiotu:	Prof. ndzw.dr hab. Emilian Zadarko

Elementy wchodzące w skład programu studiów

Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się dla przedmiotu				
Edukacja zdrowotna jest narzędziem promocji zdrowia, które to bezpośrednio przekłada się na stan zdrowia. Student po zakończeniu przedmiotu posiada wiedzę i praktyczne umiejętności wspierania ucznia w jego aktywnym uczestnictwie w szkolnym programie edukacji zdrowotnej oraz w zachowaniu zdrowia we własnym środowisku rodzinnym.				
Liczba godzin zajęć w ramach poszczególnych form zajęć według planu studiów:	Studia stacjonarne- wykład 15 godz., ćwiczenia 15 godzin Studia niestacjonarne- wykład 15 godz.			
Opis efektów uczenia się dla przedmiotu				
Kod efektu przedmiotu	Student, który zaliczył przedmiot zna i rozumie/potrafi/jest gotów do:	Powiązanie z KEU	Forma zajęć dydaktycznych	Sposób weryfikacji i oceny efektów uczenia się

C4_W01	<p>Student zna i rozumie:</p> <ol style="list-style-type: none"> terminologię używaną w naukach o kulturze fizycznej i naukach o zdrowiu. założenia profilaktyki zdrowotnej, zdrowego trybu życia i edukacji zdrowotnej. Wie jak aktywnie wypoczywać i jak regenerować organizm po wysiłku. podstawę programową oraz cele kształcenia i treści nauczania edukacji zdrowotnej na poszczególnych etapach edukacyjnych oraz kluczowe kompetencje i ich kształtowanie w ramach zajęć. (D.1/W1) metodykę realizacji poszczególnych treści kształcenia z zakresu edukacji zdrowotnej rozwiązania merytoryczne i metodyczne, dobre praktyki, dostosowanie oddziaływań do potrzeb i możliwości uczniów o różnym potencjale. (D.1/W6, D.1/W9)) 	K_W02	Ćw, W	projekt (prezentacja) indywidualna i grupowa, ocena w trakcie zajęć
C4_W02		K_W06	Ćw,	
C4_W03		K_W07	Ćw, W	projekt (prezentacja) indywidualna i grupowa,
C4_W04		K_W08	Ćw, W	ocena w trakcie zajęć
C4_U01	<p>Student potrafi:</p> <ol style="list-style-type: none"> dobrać i zastosować metody, formy i środki kształtowania aktywności fizycznej w zależności od potrzeb pedagogiczno-zdrowotnych. Identyfikować typowe zadania szkolne z celami kształcenia, w szczególności z wymaganiami ogólnymi podstawy programowej, oraz z kompetencjami kluczowymi; (D.1/U1) dostosować sposób komunikacji do poziomu rozwojowego uczniów (D.1/U4) 	K_U02	Ćw,	projekt (prezentacja) indywidualna i grupowa, aktywność na zajęciach
C4_U02		K_U12	ćw, W	projekt (prezentacja)
C4_K01	<p>Student jest gotów do:</p> <ol style="list-style-type: none"> Ma świadomość konieczności dbania o poziom sprawności fizycznej i propagowania własnym przykładem postępowania pro-zdrowotnego. popularyzowania wiedzy wśród uczniów i w środowisku szkolnym oraz pozaszkolnym (D.1/K2) rozwijania u uczniów ciekawości, aktywności i samodzielności poznawczej oraz logicznego i krytycznego myślenia (D.1/K7) 	K_K04	Ćw, W	projekt (prezentacja) indywidualna i grupowa, aktywność na zajęciach ocena w trakcie zajęć
C4_K02		K_K08	Ćw,	projekt (prezentacja)
C4_K03		K_K04	Ćw,	aktywność na zajęciach

				ocena w trakcie zajęć	
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)					
Całkowita liczba punktów ECTS: (A + B)	2			Stacjonarne	Niestacjonarne
A. Liczba godzin kontaktowych z podziałem na formy zajęć oraz liczba punktów ECTS uzyskanych w ramach tych zajęć:	Wykład ćwiczenia konsultacje w sumie: ECTS	15 g. 15 g. 10g 40 g. 1,8		15 g. 0 g. 10g 25 g. 0,8	
B. Formy aktywności studentów ramach samokształcenia wraz z planowaną liczbą godzin na każdą formę i liczbą punktów ECTS:	przygotowanie ogólne praca w bibliotece, w sumie: ECTS	3 g. 2 g. 5 g. 0,2		5 g. 5g. 10 g. 0,4	
C. Liczba godzin zajęć kształtujących umiejętności praktyczne w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:	Przygotowanie ogólne praca w sieci przygotowanie prezentacji, projektu w sumie: ECTS	10 g. 10 g. 5 g. 25 g. 1		10 g. 10 g. 5 g. 25 g. 1	

Dodatkowe elementy (* - opcjonalnie)

Szczegółowe treści kształcenia w ramach poszczególnych form zajęć:	<p>Wykłady:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Z dziejów edukacji zdrowotnej w Polsce. Edukacja zdrowotna w podstawie programowej wychowania 2. fizycznego. 3. Wielowymiarowe pojęcie zdrowia. Koncepcje zdrowia. Mierniki zdrowia. Narodowy Program Zdrowia. 4. Styl życia i zachowania zdrowotne. Otyłość i hipokinezja – współczesna epidemia i współczesny problem zdrowia publicznego. 5. Profilaktyka chorób cywilizacyjnych. 6. Wdrażanie wychowanków, uczniów do aktywnego działania na rzecz zdrowia własnego i publicznego. <p>Ćwiczenia audytoryjne:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cele, zadania i funkcje edukacji zdrowotnej na różnych szczeblach edukacji. Podstawowe metody, formy i środki edukacji zdrowotnej. 2. Zdrowie i dbałość o zdrowie. Aktywność fizyczna i jej wpływ na zdrowie i rozwój człowieka. Żywność a zdrowie. Szkody zdrowotne i społeczne związane z paleniem tytoniu i nadużywaniem alkoholu.
---	--

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Choroby cywilizacyjne i sposoby zapobiegania im. 4. Zdrowie psychospołeczne. 5. Higiena osobista, pracy, wypoczynku i otoczenia. 6. Samokontrola zdrowia i rozwoju.
Metody i techniki kształcenia:	<p>metody podające: wykład informacyjny, opis, prelekcja, objaśnienie lub wyjaśnienie, pogadanka</p> <p>metody problemowe: wykład problemowy, wykład konwersatoryjny, dyskusja dydaktyczna</p> <p>metody praktyczne: pokazy, projekty, prezentacje własne studentów</p>
* Warunki i sposób zaliczenia poszczególnych form zajęć, w tym zasady zaliczeń poprawkowych, a także warunki dopuszczenia do egzaminu:	-
* Zasady udziału w poszczególnych zajęciach, ze wskazaniem, czy obecność studenta na zajęciach jest obowiązkowa:	Obowiązkowy, aktywny udział w zajęciach.
Sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Ocena końcowa przedmiotu, jest średnią arytmetyczną ocen z ćwiczeń oraz wykładów, wystawionych w oparciu o następujące kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> • frekwencja na ćwiczeniach 25% • aktywność na ćwiczeniach 20 % • odpowiedź ustna 25 % • praca indywidualna i z grupą 30%
* Sposób i tryb wyrównywania zaległości powstałych wskutek nieobecności studenta na zajęciach:	Udział w konsultacjach i samo doksztalcenie, przygotowanie referatu.
Wymagania wstępne i dodatkowe, szczególnie w odniesieniu do sekwencyjności przedmiotów:	Podstawy biologii człowieka
Zalecana literatura:	<p>Literatura podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Woynarowska B.: Edukacja zdrowotna, PWN Warszawa 2008 2. Woynarowska B./red./.:Zdrowie i szkoła, PZWL, Warszawa,2000 3. Narodowy Program Zdrowia 2007-2015, 2016-2020 <p>Literatura uzupełniająca:</p>

1. Lewicki Cz.: Edukacja zdrowotna, Wydawnictwo UR, Rzeszów 2006
2. Łuszczyńska A.: Zmiana zachowań zdrowotnych, GWP, Gdańsk 2004
3. Jablow M. M.: Anoreksja, bulimia, otyłość, GWP, Gdańsk 2001
4. Kierczak U., Janota J.; Koncepcja edukacji fizycznej. Zdrowie - Sport-Rekreacja. Gimnazjum. Program nauczania i propozycje zajęć fakultatywnych, poradnik metodyczny. IMPULS, 2010
5. www.studentfit.eu