



KARTA PRZEDMIOTU

D3/7 Podstawy rekreacji

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):	Podstawy rekreacji (D3/7)
Nazwa przedmiotu (j. ang.):	
Kierunek studiów:	Wychowanie Fizyczne
Poziom studiów:	Studia I stopnia
Profil:	Praktyczny (P)
Forma studiów:	Studia stacjonarne, studia niestacjonarne
Punkty ECTS:	1
Język wykładowy:	polski
Rok akademicki:	2021/22
Semestr:	5
Koordinator przedmiotu:	dr hab.prof. KPU Zbigniew Barabasz

Elementy wchodzące w skład programu studiów

Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się dla przedmiotu				
Teoretyczne i praktyczne przygotowaniestudentów do uczestniczenia i propagowania rekreacji. Studenci posiadają podstawową wiedzę przygotowującą do zrozumienia problemów sportu dla wszystkich umożliwiającą w przyszłości wybranie właściwej drogi kształcenia, poznają zasady organizowania imprez sportowo-rekreacyjnych, posiadają wiedzę ogólną związaną z prawidłowościami rządzącymi aktywnością ruchową.				
Liczba godzin zajęć w ramach poszczególnych form zajęć według planu studiów:	st. stacjonarne sem.5 w.10 godz. st. niestacjonarne sem.5 w.10 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
D3/7_W01 D3/7_W02	Wiedza: 1. Student ma podstawową wiedzę o roli i miejscu rekreacji w życiu człowieka. 2. Student ma podstawową wiedzę o metodyce prowadzenia zajęć z zakresu rekreacji ruchowej.	K_W01 K_W08	wykład	Ocena pracy pisemnej i wypowiedzi ustnej
D3/7_U01	Umiejętności: 1. Student posiada umiejętność	K_U10	wykład	Ocena pracy pisemnej i

	pracy indywidualnej oraz zespołowej w zakresie prowadzenia i organizacji imprezy rekreacyjnej.			wypowiedzi ustnej. Przygotowanie planu imprezy
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)				
Całkowita liczba punktów ECTS: (A + B)	1	stacjonarne	niestacjonarne	
A. Liczba godzin kontaktowych z podziałem na formy zajęć oraz liczba punktów ECTS uzyskanych w ramach tych zajęć:	Wykład konsultacje w sumie: ECTS	10g. 2 g. 12 g 0,5	10 g. 2 g. 12g 0,5	
B. Formy aktywności studenta w ramach samokształcenia wraz z planowaną liczbą godzin na każdą formę i liczbą punktów ECTS:	przygotowanie ogólne praca w bibliotece, praca w sieci opracowanie regulaminu imprezy rekreacyjno-sportowej w sumie: ECTS	5g. 2 g. 3 g. 5 g. 15 g. 0,5	5g. 2 g. 3 g. 5 g. 15 g. 0,5	
C. Liczba godzin zajęć kształtujących umiejętności praktyczne w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:	opracowanie regulaminu imprezy rekreacyjno-sportowej w sumie: ECTS	5 g. 5 g 0,3	5 g 5 g 0,3	

Dodatkowe elementy (* - opcjonalnie)

Szczegółowe treści kształcenia w ramach poszczególnych form zajęć:	Wykłady: <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Podstawowe pojęcia z zakresu kultury fizycznej <input type="checkbox"/> Rekreacja fizyczna i jej miejsce w systemie nauk <input type="checkbox"/> Zarys dziejów rekreacji, organizacja rekreacji w Polsce <input type="checkbox"/> Jednostka zajęć rekreacyjnych, struktura, rodzaje <input type="checkbox"/> Metodyka rekreacji ruchowej <input type="checkbox"/> Wybrane formy rekreacji ruchowej <input type="checkbox"/> Organizacja imprez rekreacyjnych <input type="checkbox"/> Sylwetka organizatora imprez rekreacyjnych, predyspozycje psychofizyczne animatora i instruktora <input type="checkbox"/> Rola rekreacji fizycznej w promocji zdrowia i profilaktyce chorób cywilizacyjnych
Metody i techniki kształcenia:	Metody dydaktyczne: metody podające: wykład informacyjny, opis, prelekcja, objaśnienie lub wyjaśnienie, pogadanka metody problemowe: wykład problemowy, wykład konwersatoryjny, dyskusja dydaktyczna
* Warunki i sposób zaliczenia poszczególnych form zajęć, w tym zasady zaliczeń	Zaliczenie kolokwium, przygotowanie regulaminu imprezy

poprawkowych, a także warunki dopuszczenia do egzaminu:	
* Zasady udziału w poszczególnych zajęciach, ze wskazaniem, czy obecność studenta na zajęciach jest obowiązkowa:	Obowiązek aktywnego uczestnictwa studenta we wszystkich formach zajęć
Sposób obliczania oceny końcowej:	<ul style="list-style-type: none"> • frekwencja na wykładach 20% • ocena regulaminu imprezy 30% • test zaliczeniowy 50 %
* Sposób i tryb wyrównywania zaległości powstałych wskutek nieobecności studenta na zajęciach:	Udział w konsultacjach , przygotowanie referatu
Wymagania wstępne i dodatkowe, szczególnie w odniesieniu do sekwencyjności przedmiotów:	
Zalecana literatura:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Toczec-Werner S., Podstawy rekreacji i turystyki., AWF Poznań,2005. 2. Winiarski R., Wstęp do teorii rekreacji., AWF Kraków 1989. 3. Kiełbasiewicz-Drozdowska I., Siwiński W., Teoria i metodyka rekreacji., AWF Poznań 2001. 4. Pilawska A., Pilawski A., Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej., GWSH Katowice 2003. 5. Jaczynowski L., Zasady organizacji kultury fizycznej., AWF Warszawa1993. 6. Burgiel R., Metodyka rekreacji ruchowej., ZG TKKF Warszawa 1993. 7. Łobożewicz T., Wolańska T., Rekreacja i turystyka w rodzinie., PTNKF Warszawa 1994.