

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: I

Specjalności: Turystyka przygodowa

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Podstawy rekreacji
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Rudiments of Recreation
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ASA18
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty ogólne
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	1

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	–
1	15	30	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cell1 Zapoznanie studenta z podstawową wiedzą z zakresu rekreacji. Opanowanie umiejętności analizy zjawisk związanych z rozwojem rekreacji.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

1 Brak

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Ma podstawową wiedzę i zna terminologię z zakresu rekreacji. Zna i rozumie znaczenie rekreacji fizycznej w promocji zdrowia i zdrowego stylu życia.

EK2 Wiedza: Potrafi interpretować dane liczbowe dotyczące uczestnictwa w różnych formach rekreacji. Posiada umiejętność analizy i prezentacji zjawisk i problemów związanych z rozwojem rekreacji.

EK3 Kompetencje społeczne: Zna specyfikę pracy w rekreacji, rozumie potrzebę doskonalenia zawodowego i dbałości o własną sprawność fizyczną.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Istota, formy i cele rekreacji. Podstawowe pojęcia i klasyfikacje. Teoria a praktyka rekreacji.	2
W2	Zarys historii czasu wolnego i rekreacji.	2
W3	Aktualne kierunki, perspektywy i bariery rozwoju rekreacji. Praca zawodowa a rekreacja w erze ponowoczesnej.	2
W4	Organizacja rekreacji - znaczenie sektora publicznego, społecznego i prywatnego.	2
W5	Rekreacja fizyczna a inne formy uczestnictwa w kulturze fizycznej. Znaczenie i funkcje rekreacji fizycznej w życiu współczesnego człowieka.	2
W6	Rola rekreacji fizycznej w promocji zdrowia i profilaktyce chorób cywilizacyjnych.	2
W7	Upowszechnianie rekreacji - wychowanie i kształcenie do rekreacji i czasu wolnego.	2
W8	Możliwości rozwoju zawodowego i zatrudnienia specjalisty rekreacji.	1
	RAZEM	15

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Wybór, analiza i ocena literatury z zakresu rekreacji: periodyki, druki zwarte, elektroniczne źródła informacji.	2
C2	Metodyka przygotowania i prezentacji referatu (raportu z badań) dotyczącego problematyki rekreacji.	2
C3	Geneza i rozwój rekreacji; prekursorzy i pierwsze organizacje rekreacyjne.	2
C4	Formy uczestnictwa w rekreacji - analiza i klasyfikacja.	2
C5	Czynniki i bariery rozwoju rekreacji - analiza porównawcza na przykładzie wybranych krajów.	2
C6	Uczestnictwo Polaków w rekreacji - typologia rekreantów	2
C7	Działalność polskich i międzynarodowych organizacji zajmujących się rekreacją i czasem wolnym.	2
C8	Działalność komercyjna w rekreacji - analiza wybranych usług rekreacyjnych.	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C9	Rekreacja w pełnym cyklu życia człowieka: w dzieciństwie, młodości, wieku dorosłym i starszym. Wiek jako wyznacznik uczestnictwa w rekreacji.	2
C10	Aktywność rekreacyjna kobiet i mężczyzn w Polsce i w wybranych krajach. Płeć jako wyznacznik uczestnictwa w rekreacji.	2
C11	Pielęgnacja ciała jako cel zajęć rekreacyjnych - fitness, wellness, SPA.	2
C12	Media a rekreacja: znaczenie przekazów medialnych w promocji aktywności rekreacyjnej.	2
C13	Zawód animatora rekreacji: analiza predyspozycji i kompetencji do pracy w rekreacji.	2
C14	Prognozowanie rozwoju rekreacji. Nowe tendencje w sposobach spędzania czasu wolnego w Polsce i na świecie.	2
C15	Omówienie i ocena prac kontrolnych. Zaliczenie ćwiczeń.	2
	RAZEM	30

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Praca w grupach
- M2 Konsultacje
- M3 Praca z podręcznikiem
- M4 Prezentacje multimedialne
- M5 Dyskusja
- M6 Studium przypadku
- M7 Wykłady
- M8 Inne

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	30
Opracowanie wyników	15
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	30
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4



9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Odpowiedź ustna
F2	Obserwacja
F3	Aktywność na zajęciach
F4	Referat

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin pisemny
P2	Zaliczenie ustne

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Zaliczenie ćwiczeń
2	Zdanie egzaminu pisemnego

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Opanował w stopniu podstawowym wiedzę z zakresu podstaw rekreacji, objętą programem nauczania przedmiotu. Rozumie rolę rekreacji w promocji zdrowia i zdrowego stylu życia.
NA OCENĘ 4	Jak na ocenę dostateczną a ponadto umiejętnie wykorzystuje zdobytą wiedzę.
NA OCENĘ 5	Jak na ocenę dobrą oraz dodatkowo biegle posługuje się zdobytą wiedzą w sposób samodzielny i twórczy.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Potrafi samodzielnie przygotować i wygłosić referat na zadany temat związany z uczestnictwem w rekreacji.
NA OCENĘ 4	Jak na ocenę dostateczną a ponadto potrafi analizować i interpretować dane dotyczące uczestnictwa w rekreacji.
NA OCENĘ 5	Jak na ocenę dobrą oraz dodatkowo potrafi samodzielnie sformułować i rozwiązać problem będący tematem referatu.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Jest świadomy potrzeby stałego doskonalenia zawodowego i dbałości o własną sprawność fizyczną niezbędną do pracy w rekreacji.
NA OCENĘ 4	Jak na ocenę dostateczną a ponadto poszerza swoje kompetencje zawodowe i dba o swoją sprawność fizyczną.
NA OCENĘ 5	Jak na ocenę dobrą oraz dodatkowo aktywnie promuje w/w działania w swoim środowisku.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W09, K_W16	Cel1	W1 W2 W6 C3 C7 C12 C14		F4 F3 F2 F1 P1 P2
EK2	K_U11, K_U17	Cel1	W4 W5 C2 C4 C5 C6 C9 C10		F4 F3 F2 F1 P1 P2



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK3	K_K01, K_K10	Cel1	W3 W7 W8 C1 C8 C11 C13		F4 F3 F2 F1 P1 P2

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 M. Napierała, R. Muszkieta — *Wstęp do teorii rekreacji*, Bydgoszcz, 2011, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Red. R. Winiarski — *Rekreacja i czas wolny*, Warszawa, 2011, Oficyna Wydawnicza Łośgraf

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

prof.dr hab. Ryszard Winiarski (kontakt: ryszard.winiarski@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Sabina Owsianowska (kontakt: sabina.owsianowska@awf.krakow.pl)

prof.dr hab. Ryszard Winiarski (kontakt: ryszard.winiarski@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data) (odpowiedzialny za przedmiot) (kierownik) (dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....