

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: Niestacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: I

Specjalności: Rekreacja ruchowa

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Podstawy rekreacji
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Rudiments of Recreation
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ANA18
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	10	10	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 wymagań wstępnych

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.	1
W2	Zarys historii czasu wolnego i rekreacji.	1
W3	Aktualne kierunki, czynniki i bariery rozwoju rekreacji. Praca zawodowa a rekreacja w erze ponowoczesnej.	1
W4	Organizacja rekreacji - znaczenie sektora publicznego, społecznego i prywatnego.	1
W5	Rekreacja fizyczna a inne formy uczestnictwa w kulturze fizycznej.	1
W6	Rekreacja w pełnym cyklu życia człowieka: w dzieciństwie, młodości, wieku dorosłym i starszym.	1
W7	Rola rekreacji fizycznej w promocji zdrowia i profilaktyce chorób cywilizacyjnych.	1
W8	Upowszechnianie rekreacji - wychowanie i kształcenie do rekreacji i czasu wolnego.	1
W9	Specjalista rekreacji: predyspozycje, kompetencje, możliwości zatrudnienia i rozwoju zawodowego.	1
W10	Wiedza naukowa a praktyka rekreacyjna. Teorie zabawy, rekreacji i czasu wolnego - ich wartość poznawcza i aplikacyjna.	1
	RAZEM	10

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.	1
C2	Metodyka przygotowania i prezentacji referatu dotyczącego problematyki rekreacji.	1
C3	Formy uczestnictwa w rekreacji, ich analiza i klasyfikacja.	1
C4	Uczestnictwo Polaków w rekreacji - typologia rekreantów.	1
C5	Płeć jako wyznacznik uczestnictwa w rekreacji. Aktywność rekreacyjna kobiet i mężczyzn w Polsce i wybranych krajach.	1
C6	Działalność komercyjna w rekreacji - analiza wybranych usług rekreacyjnych.	1



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C7	Działalność polskich i międzynarodowych organizacji zajmujących się rekreacją i czasem wolnym.	1
C8	Pielęgnacja ciała jako cel zajęć rekreacyjnych - fitness, wellness, SPA.	1
C9	Media a rekreacja: znaczenie przekazów medialnych w promocji aktywności rekreacyjnej.	1
C10	Omówienie i ocena prac kontrolnych. Zaliczenie ćwiczeń.	1
	RAZEM	10

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	20
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	35
Opracowanie wyników	20
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	35
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	Opanowa 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 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 W7 W10 C7 C9		F4 F3 F2 F1 P1 P2
EK2	K_U11, K_U17	Cel1	W4 W5 W6 C2 C3 C4 C5		F4 F3 F2 F1 P1 P2
EK3	K_K01, K_K10	Cel1	W3 W8 W9 C1 C6 C8		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)

.....
.....