

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2013/2014

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne II stopnia

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: II

Specjalności: bez specjalności

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Wychowanie zdrowotne
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Health Education
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASB7
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty podstawowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	3.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
3	28	14	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Zapoznanie z obszarami oraz teoretycznymi i metodycznymi podstawami wychowania zdrowotnego.
Cel2 Edukacja w zakresie behawioralnych i psychospołecznych uwarunkowań zdrowia, profilaktyki i etiopatogenezy wybranych chorób degeneracyjnych oraz kształtowanie wzorców zdrowego stylu życia.
Cel3 Przygotowanie liderów i koordynatorów edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Podstawy biochemii i fizjologii człowieka Podstawy żywienia człowieka Podstawy pedagogiki, psychologii i socjologii Podstawy edukacji zdrowotnej

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Dysponuje rozszerzoną wiedzą w zakresie fizjologicznych oraz behawioralnych, psychospołecznych i środowiskowych uwarunkowań stanu zdrowia
EK2 Wiedza: Zna zasady promocji zdrowego stylu życia, rozumie i diagnozuje wybrane modele zachowań zdrowotnych w promocji zdrowia i profilaktyce chorób przewlekłych
EK3 Wiedza: Zna miejsce edukacji zdrowotnej w nowej podstawie programowej WF oraz teoretyczne podstawy i metody stosowane w edukacji zdrowotnej. Ma pogłębianą wiedzę i zna terminologię edukacji zdrowotnej i wychowania zdrowotnego.
EK4 Wiedza: Potrafi diagnozować uwarunkowania stanu zdrowia i niektóre problemy zdrowotne dzieci, młodzieży i dorosłych
EK5 Wiedza: Potrafi podjąć działania edukacyjne w zakresie promocji zdrowia. Potrafi zastosować teorię i metodykę edukacji zdrowotnej w praktyce.
EK6 Wiedza: Posiada zaawansowane umiejętności opracowania i realizacji programów profilaktyczno-promocyjnych w zakresie obszarów edukacji zdrowotnej wyszczególnionych w podstawie programowej I-IV etapu edukacyjnego
EK7 Kompetencje społeczne: Jest zorientowany na wzbogacanie wiedzy o zdrowiu i profilaktyce chorób oraz dbałość o zdrowy styl życia
EK8 Kompetencje społeczne: Jest zdolny do rozwiązywania niektórych problemów zdrowotnych poprzez podejmowanie zachowań prozdrowotnych

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Narodowy Program Zdrowia - cele strategiczne i operacyjne oraz dotyczące różnych grup populacyjnych	4
W2	Profilaktyka degeneracyjnych chorób układu krążenia u dzieci, młodzieży i dorosłych	6
W3	Profilaktyka otyłości i innych chorób metabolicznych u dzieci, młodzieży i dorosłych	6
W4	Profilaktyka nowotworów złośliwych	4
W5	Wybrane problemy higieny zdrowia psychospołecznego u dzieci, młodzieży i dorosłych	4
W6	Wybrane problemy żywienia osób aktywnych fizycznie	4
	RAZEM	28



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Wprowadzenie do problematyki wychowania zdrowotnego. Edukacja zdrowotna w nowej podstawie programowej wychowania fizycznego IV etapu edukacji.	2
Ć2	Strategie indywidualne i populacyjne w profilaktyce schorzeń sercowo-naczyniowych dzieci, młodzieży i dorosłych	2
Ć3	Fizjologiczne i alternatywne metody redukcji masy ciała	2
Ć4	Strategie indywidualne i populacyjne w profilaktyce nowotworów dzieci, młodzieży i dorosłych	2
Ć5	Programy prewencyjno-promocyjne w zakresie zdrowia psychospołecznego dzieci, młodzieży i dorosłych	2
Ć6	Opracowanie projektów dotyczących wybranych aspektów edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży	4
	RAZEM	14

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Dyskusja
- M2 Praca w grupach
- M3 Wykłady
- M4 Projekty

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	42
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	10
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	18
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	75
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	3

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Projekt zespołowy
F2	Aktywność na zajęciach

**OCENA PODSUMOWUJĄCA**

P1	Egzamin pisemny
----	-----------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	ocena pozytywna z testu egzaminacyjnego
---	---

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	60% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 5	90% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	60% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 5	90% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	60% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 5	90% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	60% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	60% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 6	
NA OCENĘ 3	60% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 7	
NA OCENĘ 3	raczej pozytywna postawa wobec zdrowia
NA OCENĘ 4	pozytywna postawa wobec zdrowia
NA OCENĘ 5	zdecydowanie pozytywna postawa wobec zdrowia
EFEKT KSZTAŁCENIA 8	
NA OCENĘ 3	raczej pozytywna postawa wobec zdrowia
NA OCENĘ 4	pozytywna postawa wobec zdrowia
NA OCENĘ 5	zdecydowanie pozytywna postawa wobec zdrowia

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W08, K_W09, K_W12	Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4	M1 M2 M3	F2 P1



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK2	K_W08, K_W09, K_K11	Cel2 Cel3	W1 W2 W3 W4 W5 Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5	M1 M2 M3	F2 P1
EK3	K_W09, K_W14, K_K11, K_K09	Cel1 Cel3	W1 Ć1 Ć5 Ć6	M2 M3 M4	F1 F2
EK4	K_W08, K_K11	Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5	M1 M2 M3	F2 P1
EK5	K_W09, K_W10, K_W12, K_W14, K_U16, K_K11, K_K09	Cel1 Cel3	W1 W6 Ć1 Ć5 Ć6	M1 M3 M4	F1 F2 P1
EK6	K_W09, K_W10, K_W14, K_K10, K_K09	Cel1 Cel3	W1 W2 W3 W6 Ć1 Ć6	M1 M3 M4	F1 F2 P1
EK7	K_W08, K_W10, K_W12, K_K10, K_K11, K_K09	Cel2 Cel3	W1 Ć3 Ć5	M1 M3	F2 P1
EK8	K_W08, K_W10, K_W12, K_K10, K_K11, K_K09	Cel2 Cel3	W1 Ć3 Ć5	M1 M3	F2 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 **Woynarowska B.** — *Edukacja zdrowotna.*, Warszawa, 2007, Wyd. Naukowe PWN
- 2 **Woynarowska B., Kowalewska A., Izdebski Z., Komosińska K.** — *Biomedyczne podstawy kształcenia i wychowania.*, Warszawa, 2010, Wyd. Naukowe PWN

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Heszen I., Sęk H.** — *Psychologia zdrowia*, Warszawa, 2007, Wydawnictwo Naukowe PWN
- 2 **Ciborowska H., Rudnicka A.** — *Dietetyka. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego*, Warszawa, 2007, Wyd. PZWL
- 3 **Karski J.** — *Promocja zdrowia*, Warszawa, 1999, Wyd. IGNIS

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Maria Gacek (kontakt: maria.gacek@awf.krakow.pl)



OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

mgr Małgorzata Morawska (kontakt: malgorzata.morawska@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)

.....