

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.  
BRONISŁAWA CZECHA  
W KRAKOWIE

## KARTA PRZEDMIOTU

*obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2014/2015*

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Odnowa Biologiczna

### 1 PRZEDMIOT

|                                         |                       |
|-----------------------------------------|-----------------------|
| NAZWA PRZEDMIOTU                        | Edukacja zdrowotna    |
| NAZWA PRZEDMIOTU<br>W JĘZYKU ANGIELSKIM | Health Education      |
| KOD PRZEDMIOTU                          | WFIS16.1 ANC4         |
| KATEGORIA PRZEDMIOTU                    | Przedmioty kierunkowe |
| LICZBA PUNKTÓW ECTS                     | 4.00                  |
| JĘZYK WYKŁADOWY                         | polski                |
| SEMESTRY                                | 6                     |

### 2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

| SEMESTR | WYKŁAD | ĆWICZENIA | ZAJĘCIA<br>LABORATORYJNE | ZAJĘCIA<br>PRAKTYCZNE | SEMINARIUM<br>DYPLOMOWE |
|---------|--------|-----------|--------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 6       | 8      | 8         | 0                        | 0                     | 0                       |



### 3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Zapoznanie z obszarami oraz teoretycznymi i metodycznymi podstawami edukacji zdrowotnej.  
Cel2 Edukacja w zakresie behawioralnych i psychospołecznych uwarunkowań zdrowia 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

### 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Dysponuje podstawową wiedzą w zakresie biologicznych oraz behawioralnych, psychospołecznych i środowiskowych uwarunkowań zdrowia  
EK2 Wiedza: Zna podstawowe zasady promocji zdrowego stylu życia  
EK3 Wiedza: Zna miejsce edukacji zdrowotnej w nowej podstawie programowej WF oraz teoretyczne podstawy i metody stosowane w edukacji zdrowotnej. Ma wiedzę i zna terminologię edukacji zdrowotnej.  
EK4 Wiedza: Potrafi diagnozować uwarunkowania stanu zdrowia i niektóre problemy zdrowotne dzieci i młodzieży  
EK5 Wiedza: Potrafi podjąć działania edukacyjne w zakresie promocji zdrowia. Potrafi zastosować teorię i metodykę edukacji zdrowotnej w praktyce  
EK6 Wiedza: Potrafi opracować programy profilaktyczno-promocyjne w zakresie obszarów edukacji zdrowotnej wyszczególnionych w podstawie programowej I-III etapu edukacyjnego  
EK7 Kompetencje społeczne: Jest zorientowany na wzbogacanie wiedzy o zdrowiu i profilaktyce chorób oraz dbałość o zdrowy styl życia.

### 6 TREŚCI PROGRAMOWE

#### WYKŁAD

| LP | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH                                                                                                           | LICZBA GODZIN |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| W1 | Biomedyczny i holistyczny paradygmat zdrowia. Profilaktyka i promocja zdrowia a edukacja zdrowotna. Edukacja zdrowotna w założeniach Narodowego Programu Zdrowia | 2             |
| W2 | Teoretyczne i metodyczne podstawy edukacji zdrowotnej                                                                                                            | 2             |
| W3 | Stres psychologiczny jako czynnik ryzyka zdrowia. Trening zdrowotny w promocji zdrowia dzieci, młodzieży i dorosłych                                             | 2             |
| W4 | Zdrowotne aspekty toksykomanii (nikotynizmu, alkoholizmu, lekomanii i narkomanii)                                                                                | 2             |
|    | RAZEM                                                                                                                                                            | 8             |

#### ĆWICZENIA

| LP | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH                                                                                                                                                                   | LICZBA GODZIN |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Ć1 | Wprowadzenie do problematyki edukacji zdrowotnej. Edukacja zdrowotna w nowej podstawie programowej wychowania fizycznego I-III etapu edukacji Analiza uwarunkowań zdrowia w modelu holistycznym (Mandala Zdrowia i inne) | 2             |
| Ć2 | Przegląd i ocena metod stosowanych w edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży                                                                                                                                              | 2             |
| Ć3 | Promocja racjonalnego żywienia dzieci i młodzieży w edukacji zdrowotnej                                                                                                                                                  | 2             |



## ĆWICZENIA

| LP | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH | LICZBA GODZIN |
|----|--------------------------------------------------------|---------------|
| Ć4 | Profilaktyka uzależnień wśród dzieci i młodzieży       | 2             |
|    | RAZEM                                                  | 8             |

## 7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Dyskusja
- M2 Wykłady
- M3 Praca w grupach
- M4 Prezentacje multimedialne
- M5 Projekty

## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

| FORMA AKTYWNOŚCI                                                                                 | ŚREDNIA LICZBA<br>GODZIN NA<br>ZREALIZOWANIE<br>AKTYWNOŚCI |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>                                     |                                                            |
| Godziny wynikające z planu studiów                                                               | 16                                                         |
| Konsultacje przedmiotowe                                                                         | 0                                                          |
| Egzaminy i zaliczenia w sesji                                                                    | 1                                                          |
| Inne                                                                                             |                                                            |
| <b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b> |                                                            |
| Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury                               | 35                                                         |
| Opracowanie wyników                                                                              | 0                                                          |
| Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji                                           | 44                                                         |
| Inne                                                                                             | 0                                                          |
| <b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>        | 100                                                        |
| SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU                                                    | 4                                                          |

## 9 METODY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

|    |                        |
|----|------------------------|
| F1 | Aktywność na zajęciach |
| F2 | Projekt zespołowy      |

### OCENA PODSUMOWUJĄCA

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

### WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

|   |                             |
|---|-----------------------------|
| 1 | Pozytywna ocena z egzaminu. |
|---|-----------------------------|

**KRYTERIA OCENY**

| EFEKT KSZTAŁCENIA 1 |                                                   |
|---------------------|---------------------------------------------------|
| NA OCENĘ 3          | 60% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| NA OCENĘ 4          | 75% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| NA OCENĘ 5          | 90% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 2 |                                                   |
| NA OCENĘ 3          | 60% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| NA OCENĘ 4          | 75% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| NA OCENĘ 5          | 90% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 3 |                                                   |
| NA OCENĘ 3          | 60% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| NA OCENĘ 4          | 75% poprawnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym |
| NA OCENĘ 5          | 90% poprawnych 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      |

**10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU**

| EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU | ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH                            | CELE PRZEDMIOTU | TREŚCI PROGRAMOWE | METODY DYDAKTYCZNE | SPOSOBY OCENY |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------|--------------------|---------------|
| EK1                               | K_W08,<br>K_W10,<br>K_W13, K_K07                               | Cel2 Cel3       | W1 W3 W4 Ć3<br>Ć4 | M1 M2 M4           | F1 P1         |
| EK2                               | K_W08,<br>K_W10,<br>K_W11,<br>K_W13,<br>K_W15,<br>K_K07, K_K08 | Cel2 Cel3       | W1 W3 Ć3          | M1 M2 M4           | F1 P1         |
| EK3                               | K_W10,<br>K_W15,<br>K_K07, K_K08                               | Cel1 Cel3       | W1 W2 Ć1 Ć2       | M1 M2 M3 M4<br>M5  | F1 F2 P1      |
| EK4                               | K_W08,<br>K_W10,<br>K_K07, K_K08                               | Cel2 Cel3       | W1 W3 W4 Ć3<br>Ć4 | M1 M2 M4           | F1 P1         |



| EFEKTY<br>KSZTAŁCENIA<br>DLA<br>PRZEDMIOTU | ODNIESIENIE DO<br>EFEKTÓW<br>KIERUNKOWYCH                      | CELE<br>PRZEDMIOTU | TREŚCI<br>PROGRAMOWE       | METODY<br>DYDAKTYCZNE | SPOSOBY OCENY |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------|-----------------------|---------------|
| EK5                                        | K_W10,<br>K_W13,<br>K_W15,<br>K_K07, K_K08                     | Cel1 Cel2 Cel3     | W1 W2 W3 Ć1<br>Ć2 Ć3 Ć4    | M1 M2 M4 M5           | F1 F2 P1      |
| EK6                                        | K_W08,<br>K_W10,<br>K_W11,<br>K_W13,<br>K_W15,<br>K_K07, K_K08 | Cel1 Cel2 Cel3     | W1 W2 W3 W4<br>Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 | M1 M2 M4 M5           | F1 F2 P1      |
| EK7                                        | K_W08,<br>K_W11,<br>K_W13,<br>K_K07, K_K08                     | Cel2 Cel3          | W1 W3 W4 Ć3<br>Ć4          | M1 M3 M5              | F1 F2 P1      |

## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 **Woynarowska Barbara** — *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*, Warszawa, 2010, PZWL

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Woynarowska Barbara** — *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole*, Warszawa, 2011, Ośrodek Rozwoju Edukacji

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

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

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

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

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)

.....  
.....