

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: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Trener personalny

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Edukacja zdrowotna
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Health Education
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASC4
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 LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
6	15	15	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 identyfikować zachowania prozdrowotne i antyzdrowotne
EK7 Wiedza: Potrafi interpretować niektóre wskaźniki stanu zdrowia
EK8 Wiedza: Potrafi opracować programy profilaktyczno-promocyjne w zakresie obszarów edukacji zdrowotnej wyszczególnionych w podstawie programowej I-III etapu edukacyjnego
EK9 Kompetencje społeczne: Jest zorientowany na wzbogacanie wiedzy o zdrowiu i profilaktyce chorób oraz dbałość o zdrowy styl życia.
EK10 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	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. Wzorce radzenia sobie ze stresem	2
W4	Zaburzenia odżywiania (anorexia nervosa, bulimia nervosa i inne)- etiologia, profilaktyka i leczenie	2
W5	Trening zdrowotny w promocji zdrowia dzieci, młodzieży i dorosłych	2
W6	Zdrowotne aspekty toksykomanii (nikotynizmu, alkoholizmu, lekomanii i narkomanii)	5
	RAZEM	15



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Wprowadzenie do problematyki edukacji zdrowotnej. Edukacja zdrowotna w nowej podstawie programowej wychowania fizycznego I-III etapu edukacji	2
Ć2	Analiza uwarunkowań zdrowia w modelu holistycznym (Mandala Zdrowia i inne)	2
Ć3	Przegląd i ocena metod stosowanych w edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży	2
Ć4	Promocja racjonalnego żywienia dzieci i młodzieży w edukacji zdrowotnej	2
Ć5	Profilaktyka zaburzeń odżywiania dzieci i młodzieży (w tym anoreksji i bigoreksji)	2
Ć6	Wybrane problemy zdrowia psychospołecznego dzieci i młodzieży (konstruktywne metody radzenia sobie ze stresem psychologicznym)	2
Ć7	Profilaktyka uzależnień wśród dzieci i młodzieży	3
	RAZEM	15

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Burza mózgów
- M2 Dyskusja
- M3 Praca w grupach
- M4 Wykłady
- M5 Prezentacje multimedialne
- M6 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	30
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	0
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

tested boost

OCENA FORMUJĄCA

F1	Aktywność na zajęciach
F2	Projekt zespołowy
F3	Odpowiedź ustna



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% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% realizacji zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	60% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% realizacji zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 6	
NA OCENĘ 3	60% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% realizacji zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 7	
NA OCENĘ 3	60% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% realizacji zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 8	
NA OCENĘ 3	60% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 4	75% realizacji zaplanowanej umiejętności
NA OCENĘ 5	90% realizacji zaplanowanej umiejętności
EFEKT KSZTAŁCENIA 9	
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 10	
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_W10, K_W13, K_W15	Cel2	W1 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć5 Ć6 Ć7	M1 M2 M4 M5	F1 F3 P1
EK2	K_W08, K_W10, K_W11, K_W13, K_K07	Cel2 Cel3	W1 W3 Ć1 Ć2 Ć4 Ć6	M2 M4 M5	F1 P1
EK3	K_W10, K_W15	Cel1	W1 W2 Ć1 Ć3	M1 M4	F1 P1
EK4	K_W08, K_W10, K_K07	Cel2	W1 W3 W4 W5 Ć2 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7	M1 M3 M6	F1 F2 P1
EK5	K_K07, K_K08	Cel1 Cel3	W2 Ć3 Ć6	M6	F2
EK6	K_W08, K_W10	Cel2	W1 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7	M1 M3 M6	F1 F2
EK7	K_W08	Cel2	W1	M2	F3
EK8	K_W08, K_W10, K_W15, K_K07	Cel1 Cel2 Cel3	W2 Ć1 Ć2 Ć3 Ć5 Ć6	M6	F2
EK9	K_K07, K_K08	Cel3	Ć2	M2 M3	F1 F3
EK10	K_K07, K_K08	Cel3	Ć2	M2 M3	F1 F3

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 **Woynarowska B.** — *Edukacja zdrowotna . Podręcznik akademicki.*, Warszawa, 2007, PZWL

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Woynarowska B.** — *ORGANIZACJA I REALIZACJA EDUKACJI ZDROWOTNEJ W SZKOLE*, Warszawa, 2011, Ośrodek Rozwoju Edukacji
- 2 **Woynarowska B., Kowalewska A., Izdebski Z., Komosińska K** — *Biomedyczne podstawy kształcenia i wychowania.*, Warszawa, 2010, Wyd. Naukowe PWN

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)

.....

.....