*Załącznik nr 1 do zarządzenia Rektora UJK nr 90/2018*

**KARTA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | **0532-1TiR-C21-MOR** | |
| **Nazwa przedmiotu w języku** | polskim | **Metodyka i organizacja rekreacji**  *Methodology of recreation* |
| angielskim |

1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Kierunek studiów** | **Turystyka i rekreacja** |
| **1.2. Forma studiów** | Stacjonarne |
| **1.3. Poziom studiów** | **Pierwszego stopnia licencjackie** |
| **1.4. Profil studiów\*** | Praktyczny |
| **1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu** | dr Rafał Pawłowski |
| **1.6. Kontakt** | [rpawlow@ujk.edu.pl](mailto:rpawlow@ujk.edu.pl) |

1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Język wykładowy** | **polski** |
| **2.2. Wymagania wstępne\*** | brak |

1. **SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Forma zajęć** | | wykład, konwersatorium |
| * 1. **Miejsce realizacji zajęć** | | Zajęcia w pomieszczeniach dydaktycznych UJK |
| * 1. **Forma zaliczenia zajęć** | | Zaliczenie z oceną |
| * 1. **Metody dydaktyczne** | | Wykład informacyjny i problemowy, klasyczna metoda problemowa, ćwiczenia, studium przypadku, dyskusja, referat |
| * 1. **Wykaz literatury** | **podstawowa** | Bielec G., Półtorak W., Warchoł K., Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej, Kraków 2011.  Pawłowski R., Przygotowanie młodzieży akademickiej do uczestnictwa w kulturze fizycznej, Kielce 2014  [Siwiński](http://sportowo-medyczna.pl/advanced_search_result.php?inc_subcat=1&pef_9=Wies%B3aw+Siwi%F1ski) W., Pluta B. (red.), 2010, Teoria i metodyka rekreacji, Poznań 2010 |
| **uzupełniająca** | Eberhardt A., Wprowadzenie do fizjologii i metodyki rekreacji ruchowej, Warszawa 2011.  Chudoba T., Teoria i metodyka turystyki, Warszawa 2008.  Merski J., 2007, Wpływ uprawiania turystyki kwalifikowanej przez ludzi dorosłych  na ich sprawność motoryczną, Warszawa 2007. |

1. **CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   ***C1.*** – poznanie metod realizacji zajęć rekreacyjnych,  ***C2.*** – poznanie zasad organizacji gier i zabaw oraz przygotowanie jednostki zajęć ruchowych |
| * 1. **Treści programowe *(z uwzględnieniem formy zajęć)***   ***1. Wykłady:*** Metody prowadzenia zajęć ruchowych ze szczególnym uwzględnieniem rekreacji ruchowej. Metody przekazywania wiedzy z zakresu kultury fizycznej. Metody kształtowania postaw prosomatycznych. Metody intensyfikowania zajęć ruchowych. Dobieranie metod nauczania umiejętności ruchowych ze względu na różne kryteria prowadzonych zajęć. Formy, środki, metody w rekreacji.  ***2. Konwersatoria:*** Wskazówki dla prowadzących zajęcia rekreacyjne w różnych grupach wiekowych. Czynności osób  prowadzących zajęcia ruchowe. Umiejętności pedagogiczne instruktorów związane z realizacją imprezy. Zasady  budowy zajęć ruchowych. Struktura zajęć ruchowych, osnowa a konspekt zajęć ruchowych. Organizacja imprez  rekreacyjnych- charakterystyka, planowanie, regulamin, bezpieczeństwo, realizacja i rozliczenie. Kultura fizyczna  dzieci, młodzieży i osób dorosłych – różnice w prowadzeniu zajęć. Umiejętności pedagogiczne instruktorów związane z  realizacją imprezy rekreacyjnej. |

* 1. **Przedmiotowe efekty uczenia się**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Efekt** | **Student, który zaliczył przedmiot** | **Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się** |
| w zakresie **WIEDZY:** | | |
| W01 | wyjaśnia podstawowe pojęcia aktywności ruchowej i możliwości ich zaspokajania z zachowaniem zasad bezpieczeństwa podczas prowadzonych zajęć rekreacyjnych | TIR1P \_W11  TIR1P \_W12 |
| W02 | opisuje podstawowe mechanizmy związane z kulturą fizyczną młodzieży i osób dorosłych, **s**trukturą uprawiania rekreacji, w tym udziału wzabawach, grach | TIR1P \_W11  TIR1P \_W12 |
| w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** | | |
| U01 | Wykorzystuje wiedzę teoretyczną do organizacji i uczestnictwa w zajęciach ruchowych, a podczas zajęć pełni zarówno rolę wykonawcy jak i funkcję prowadzącego zajęcia | TIR1P \_U05  TIR1P \_U11 |
| U02 | Przygotowuje konspekt zajęć wykorzystując wiedzę teoretyczną, poznane metody i narzędzia; prowadzi instruktarz słowny i pokaz związany z realizacją zajęć rekreacyjnych | TIR1P \_U05  TIR1P \_U11 |
| w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** | | |
| K01 | aktywnie uczestniczy w grupach realizujących zadania związane ze świadczeniem usług rekreacyjnych | TIR1P \_K01 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Efekty przedmiotowe**  ***(symbol)*** | **Sposób weryfikacji (+/-)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Egzamin ustny/pisemny\*** | | | **Kolokwium\*** | | | **Projekt\*** | | | **Aktywność na zajęciach\*** | | | **Praca własna\*** | | | **Praca w grupie\*** | | | **Inne *(frekwencja)*\*** | | |
| ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | | ***Forma zajęć*** | | |
| *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* | *W* | *C* | *...* |
| W01 |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  |  |  | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  |
| W02 |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  |  |  | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  |  |  | ***X*** | ***X*** |  |
| U01 |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  |  |  | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |
| U02 |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  |  |  | ***X*** |  |  | ***X*** |  |  | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |
| K01 |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  |  |  | ***X*** |  |  |  |  |  | ***X*** |  | ***X*** | ***X*** |  |

***\*niepotrzebne usunąć***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * 1. **Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się** | | |
| **Forma zajęć** | **Ocena** | **Kryterium oceny** |
| **wykład (W)** | **3** | 51%-60% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **3,5** | 61%-70% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **4** | 71%-80% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **4,5** | 81%-90% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **5** | 91%-100% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **ćwiczenia (C)\*** | **3** | 51%-60% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **3,5** | 61%-70% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **4** | 71%-80% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **4,5** | 81%-90% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |
| **5** | 91%-100% maksymalnej oceny ciągłej semestralnej |

1. **BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kategoria** | **Obciążenie studenta** | |
| **Studia**  **stacjonarne** | **Studia**  **niestacjonarne** |
| *LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/* | ***45*** | ***27*** |
| *Udział w wykładach\** | 15 | 9 |
| *Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach\** | 30 | 18 |
| *Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym\** |  |  |
| *Inne (jakie?)\** |  |  |
| *SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/* | ***55*** | ***73*** |
| *Przygotowanie do wykładu\** | 15 | 20 |
| *Przygotowanie do konwersatorium\** | 30 | 40 |
| *Przygotowanie do kolokwium\** | 10 | 13 |
| *Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa\** |  |  |
| *Opracowanie prezentacji multimedialnej\** |  |  |
| *Inne (należy wskazać jakie? np. e-learning)\** |  |  |
| ***ŁĄCZNA LICZBA GODZIN*** | ***100*** | ***100*** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **4** | **4** |

***\*niepotrzebne usunąć***

***Przyjmuję do realizacji*** *(data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)*

*............................................................................................................................*