

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C18.TWF	
Nazwa przedmiotu w języku	Polskim	Teoria wychowania fizycznego <i>Theory of physical education</i>
	Angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	studia I stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	dr n. o kł. Rafał Pawłowski
1.6. Kontakt	rpawlow@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	brak

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	w sali dydaktycznej, wykładowej UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną, egzamin	
3.4. Metody dydaktyczne	wykład, pogadanka, dyskusja, prezentacja multimedialna	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Demel M. Szkice krytyczne o kulturze fizycznej. Wyd. AWF Kraków, Kraków 1998. 2. Grabowski H. Teoria fizycznej edukacji. Wyd. WSiP. Warszawa 1999. 3. Romanowska – Tołłoczko A. Wykładu z teorii i metodyki wychowania fizycznego. Wyd. AWF Wrocław. Wrocław 2022. 4. Osiński W. Teoria wychowania fizycznego. Wyd. AWF Poznań. Poznań 2022. 5. Szopa I. S. Teoria i metodyka wychowania fizycznego i sportu. Nasza Wiedza. 2025.
	uzupełniająca	1. Bielski J. Podstawowe problemy teorii wychowania fizycznego. Wyd. Impuls. Kraków 2012. 2. Górna-Łukasik K, Garbaciak W. Szkolne wychowanie fizyczne. Wyd. AWF Katowice, Katowice 2012. 3. Grabowski H. Co koniecznie trzeba wiedzieć o wychowaniu fizycznym. Wyd. Impuls. Kraków 2000.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) <i>C1. zapoznanie z formami uczestnictwa w kulturze fizycznej, z celami wychowania fizycznego i rolą nauczyciela wychowania fizycznego w ich realizacji.</i> <i>C2. przygotowanie do realizacji kształcenia i wychowania fizycznego.</i> <i>C3. uświadomienie potrzeby czynnego uczestnictwa w kształtowaniu postaw prosomatycznych.</i>
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: - Treść i zadania teorii wychowania fizycznego. - Kultura fizyczna i jej rozumienie. - Wychowanie fizyczne jako część wychowania ogólnego. - Wychowanie fizyczne jako fundament kultury fizycznej i integralny składnik systemu edukacji. - Cele wychowania fizycznego. - Ewolucja poglądów na cele wychowania fizycznego. - Nauczyciel wychowania fizycznego jako integralny element stosunku wychowawczego. Ćwiczenia: - Formy uczestnictwa w kulturze fizycznej w kontekście propagowania zdrowego stylu życia. - Funkcje zdrowotna wśród funkcji aktywności fizycznej. - Wpływ ruchu na organizm, uwarunkowania motoryczności człowieka. - Nauczyciel jako integralny element stosunku wychowawczego. - Struktura procesu kształcenia i wychowania fizycznego.

6. Pomiar i ocena w procesie fizycznej edukacji.
7. Fizyczne kształcenie i fizyczne wychowanie.
8. Formalne i materialne cele fizycznego kształcenia.
9. Kształcenie postawy prozdrowotnej, przygotowania do dbałości o ciało jako cel wychowania fizycznego.
10. Czynniki, warunki i środki kształcenia i wychowania fizycznego.
11. Osobnicze i pozaosobnicze uwarunkowania w procesach wychowania i kształcenia fizycznego.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	zna formy uczestnictwa w kulturze fizycznej, ich społeczny zasięg i miejsce w życiu osobniczym	WF1P_W13
W02	definiuje wszystkie cele wychowania fizycznego realizowane podczas lekcji	WF1P_W14
W03	rozumie rolę nauczyciela wychowania fizycznego w kształtowaniu postaw prosomatycznych i realizacji celów aktualnościowych	WF1P_W08
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Formułuje zasady, uwarunkowania i fazy nauczania ruchu	WF1P_U07
U02	Analizuje przesłanki kształcenia i wychowania fizycznego	WF1P_U12
U03	Dyskutuje w temacie motywów i barier uczestnictwa w kulturze fizycznej	WF1P_U23
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Jest świadomy roli wychowania fizycznego jako fundamentu kultury fizycznej i podstawy powszechnej aktywności fizycznej społeczeństwa w czasie wolnym	WF1P_K07
K02	Akceptuje wagę roli nauczyciela jako jednego z ważnych ogniw w procesie wychowania, kształtowania pożądanych postaw	WF1P_K08

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*		
	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																
W02	x				x																
W03	x				x																
U01	x				x						x										
U02	x				x						x										
U03	x				x						x										
K01											x										
K02											x										

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Osiągnięcie 61-68% liczby punktów z egzaminu
	3,5	Osiągnięcie 69-76% liczby punktów z egzaminu
	4	Osiągnięcie 77-84% liczby punktów z egzaminu
	4,5	Osiągnięcie 85-92% liczby punktów z egzaminu
	5	Osiągnięcie 93-100% liczby punktów z egzaminu
ćwiczenia (C)*	3	Osiągnięcie 61-68% liczby punktów z kolokwium
	3,5	Osiągnięcie 69-76% liczby punktów z kolokwium
	4	Osiągnięcie 77-84% liczby punktów z kolokwium, aktywność na zajęciach
	4,5	Osiągnięcie 85-92% liczby punktów z kolokwium, aktywność na zajęciach
	5	Osiągnięcie 93-100% liczby punktów z kolokwium, aktywność na zajęciach

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	40	25
<i>Udział w wykładach</i>	15	10
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	25	15
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	35	50
<i>Przygotowanie do wykładu</i>		
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	25	35
<i>Przygotowanie do egzaminu/kolokwium</i>	10	15
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	75	75
PUNKTY ECTS za przedmiot	3	3

**niepotrzebne usunąć*

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

.....