

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM.
BRONISŁAWA CZECHA
W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

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

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: II

Specjalności: Coaching w Rekreacji

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Alternatywne formy spędzania czasu wolnego
KOD PRZEDMIOTU	TIR812 ASCR1
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalnościowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	SEMINARIUM	INNE	–
3	15	30	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cel1 Zapoznanie z alternatywnymi sposobami spędzania czasu wolnego oraz nabycie umiejętności doboru form dla klientów o zróżnicowanych potrzebach w zakresie innowacyjnych działań rekreacyjnych

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

1 Znajomość rynku usług rekreacyjnych

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Analizuje i ocenia nowe formy turystyki i rekreacji proponowane klientom ze względu na ich skutki w sferze fizycznej i psychospołecznej

EK2 Wiedza: Potrafi dokonać wyboru form zajęć rekreacyjnych, uwzględniając potrzeby i możliwości klienta

EK3 Kompetencje społeczne: Samodzielnie podejmuje uzupełnianie posiadanej wiedzy i umiejętności, szczególnie w zakresie poznawania i stosowania innowacyjnych form rekreacji

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Pojęcie, klasyfikacja (różne kryteria) i funkcje (psychofizyczne i społeczne) alternatywnych (wobec tradycyjnych) form spędzania czasu wolnego.	2
W2	Zmiany cywilizacyjne i ich wpływ na styl życia i sposoby wypoczywania współczesnego człowieka. Nowe tendencje w zakresie aktywnych form spędzania czasu wolnego.	2
W3	Zasady i sposoby (metody) diagnozowania zróżnicowanych potrzeb rekreacyjnych oraz oczekiwanych przez różne grupy społeczne i wiekowe, możliwości ich realizacji.	2
W4	Charakterystyka potrzeb rekreacyjnych i wynikających z nich zasad opracowywania programu spędzania czasu wolnego dla różnych środowisk społecznych: rodziny, grupy rówieśniczej, dzieci i młodzieży szkolnej (np. zielona szkoła), grupy zawodowej, osób niepełnosprawnych, współmieszkańców (ze względu na miejsce zamieszkania), uczestników wyjazdu turystycznego itp.	4
W5	Rekreacyjne walory wybranych aktywnych form spędzania czasu wolnego (np. gry i zabawy integracyjne, gry intelektualne, formy sportowo-rekreacyjne i turystyczne w plenerze: paintball, survival (w warunkach górskich, wodnych, letni, zimowy), formy wodne (m. in nurkowanie, kajakerstwo w trudnych warunkach), powietrzne, linowe (parki linowe), kolarstwo, questing, gra miejska, gra terenowa).	2
W6	Aktywna integracja środowisk i osób w czasie wolnym. Zasady programowania, organizowania i realizacji imprez integracyjnych z wykorzystaniem aktywnych form spędzania czasu wolnego.	2
W7	Zasady zachowania bezpieczeństwa podczas przygotowania i realizacji różnych form aktywnego wypoczynku.	1
	RAZEM	15



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Metody diagnozowania potrzeb rekreacyjnych - opracowanie narzędzi badawczych.	2
C2	Wykorzystanie nowych technologicznych rozwiązań w sferze rekreacji ruchowej i turystyki (nowości sprzętowe, sprzęt nietypowy).	2
C3	Zajęcia warsztatowe z zakresu wybranych alternatywnych form rekreacji: formy sportowo-rekreacyjne i turystyczne w plenerze: survival (w warunkach górskich, wodnych, letni zimowy), formy wodne (żeglarstwo), kolarstwo, narty crossowe lub śladowe, surwiwal.	18
C4	Organizacja imprezy sportowo-rekreacyjnej (piknik rekreacyjny).	8
	RAZEM	30

7 METODY DYDAKTYCZNE

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

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	1
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	20
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	30
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Projekt zespołowy
F2	Referat



OCENA PODSUMOWUJĄCA

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

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Pozytywne oceny formujące
2	Pozytywna ocena egzaminu pisemnego

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Egzamin pisemny - 50% poprawnych odpowiedzi w teście zawierającym pytania wielokrotnego wyboru i pytania otwarte
NA OCENĘ 4	Egzamin pisemny - 75% poprawnych odpowiedzi w teście zawierającym pytania wielokrotnego wyboru i pytania otwarte
NA OCENĘ 5	Egzamin pisemny - 100% poprawnych odpowiedzi w teście zawierającym pytania wielokrotnego wyboru i pytania otwarte
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Projekt zespołowy: udział w organizacji przedsięwzięcia o charakterze imprezy sportowo-rekreacyjnej
NA OCENĘ 4	Projekt zespołowy: udział w tworzeniu programu i organizacji przedsięwzięcia o charakterze imprezy sportowo-rekreacyjnej
NA OCENĘ 5	Projekt zespołowy: kreatywny udział w tworzeniu programu i organizacji przedsięwzięcia o charakterze imprezy sportowo-rekreacyjnej
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Referat na temat innowacyjnych form turystyki i rekreacji - poprawny
NA OCENĘ 4	Referat na temat innowacyjnych form turystyki i rekreacji - ciekawy
NA OCENĘ 5	Referat na temat innowacyjnych form turystyki i rekreacji - kreatywny

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W05, K_W06, K_U03	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7	M3 M5 M6	F2 P1
EK2	K_U02, K_U10	Cel1	C1 C2 C3	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2
EK3	K_K01, K_K09	Cel1	C3	M1 M3	F1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 **Mogiła-Lisowska J.** — *Rekreacyjna aktywność ruchowa dorosłych Polaków*, Warszawa, 2010, Wydawnictwo AWF
- 2 **Ozimek I. (red.)** — *Współczesna turystyka i rekreacja - nowe wyzwania*, Warszawa, 2012, Wydawnictwo SGGW



3 Szymański K. — *Bezpieczna turystyka i rekreacja*, Poznań, 2008, AWF

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Wiluś R., Wojciechowska J. — *Nowe - stare formy turystyki w przestrzeni*, Łódź, 2013, UŁ
- 2 Truszkowska-Wojtkowiak M. — *Fenomen czasów olnego*, Gdańsk, 2012, Harmonia Universalis
- 3 Drużkowski M. (red.) — *Jakość życia - aspekty turystyczne i rekreacyjne*, Kraków, 2011, Abaton, MWSZ

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Danuta Żizka (kontakt: danuta.zizka@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr hab. Krzysztof Kaganek (kontakt: krzysztof.kaganek@awf.krakow.pl)

dr Leszek Opiola (kontakt: leszek.opiola@awf.krakow.pl)

dr Mirosław Szyndera (kontakt: miroslaw.szyndera@awf.krakow.pl)

dr Danuta Żizka-Salamon (kontakt: danuta.zizka@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)

.....

.....

.....

.....