

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne II stopnia

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: II

Specjalności: Trener przygotowania fizycznego w sporcie
Menadżer sportu

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Wychowanie zdrowotne
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Health Education
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASB7
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty podstawowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	3.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
3	28	14	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Zapoznanie z obszarami oraz teoretycznymi i metodycznymi podstawami wychowania zdrowotnego.
Cel2 Edukacja w zakresie behawioralnych i psychospołecznych uwarunkowań zdrowia, profilaktyki i etiopatogenezy wybranych chorób degeneracyjnych 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 Podstawy edukacji zdrowotnej

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Dysponuje rozszerzoną wiedzą w zakresie fizjologicznych oraz behawioralnych, psychospołecznych i środowiskowych uwarunkowań stanu zdrowia
EK2 Wiedza: Zna zasady promocji zdrowego stylu życia, rozumie i diagnozuje wybrane modele zachowań zdrowotnych w promocji zdrowia i profilaktyce chorób przewlekłych
EK3 Wiedza: Zna miejsce edukacji zdrowotnej w nowej podstawie programowej WF oraz teoretyczne podstawy i metody stosowane w edukacji zdrowotnej. Ma pogłębianą wiedzę i zna terminologię edukacji zdrowotnej i wychowania zdrowotnego.
EK4 Wiedza: Potrafi diagnozować uwarunkowania stanu zdrowia i niektóre problemy zdrowotne dzieci, młodzieży i dorosłych
EK5 Wiedza: Potrafi podjąć działania edukacyjne w zakresie promocji zdrowia. Potrafi zastosować teorię i metodykę edukacji zdrowotnej w praktyce.
EK6 Wiedza: Posiada zaawansowane umiejętności opracowania i realizacji programów profilaktyczno-promocyjnych w zakresie obszarów edukacji zdrowotnej wyszczególnionych w podstawie programowej I-IV etapu edukacyjnego
EK7 Kompetencje społeczne: Jest zorientowany na wzbogacanie wiedzy o zdrowiu i profilaktyce chorób oraz dbałość o zdrowy styl życia
EK8 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	Narodowy Program Zdrowia - cele strategiczne i operacyjne oraz dotyczące różnych grup populacyjnych	4
W2	Profilaktyka degeneracyjnych chorób układu krążenia u dzieci, młodzieży i dorosłych	6
W3	Profilaktyka otyłości i innych chorób metabolicznych u dzieci, młodzieży i dorosłych	6
W4	Profilaktyka nowotworów złośliwych	4
W5	Wybrane problemy higieny zdrowia psychospołecznego u dzieci, młodzieży i dorosłych	4
W6	Wybrane problemy żywienia osób aktywnych fizycznie	4
	RAZEM	28



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Wprowadzenie do problematyki wychowania zdrowotnego. Edukacja zdrowotna w nowej podstawie programowej wychowania fizycznego IV etapu edukacji.	2
Ć2	Strategie indywidualne i populacyjne w profilaktyce schorzeń sercowo-naczyniowych dzieci, młodzieży i dorosłych	2
Ć3	Fizjologiczne i alternatywne metody redukcji masy ciała	2
Ć4	Strategie indywidualne i populacyjne w profilaktyce nowotworów dzieci, młodzieży i dorosłych	2
Ć5	Programy prewencyjno-promocyjne w zakresie zdrowia psychospołecznego dzieci, młodzieży i dorosłych	2
Ć6	Opracowanie projektów dotyczących wybranych aspektów edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży	4
	RAZEM	14

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Dyskusja
- M2 Praca w grupach
- M3 Wykłady
- M4 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	42
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	10
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	18
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	75
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	3

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Projekt zespołowy
F2	Aktywność na zajęciach

**OCENA PODSUMOWUJĄCA**

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

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	ocena pozytywna z testu egzaminacyjnego
---	---

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	60% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 5	90% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	60% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 5	90% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	60% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 4	75% pozytywnych odpowiedzi w teście egzaminacyjnym
NA OCENĘ 5	90% pozytywnych 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
EFEKT KSZTAŁCENIA 8	
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_W09, K_W12	Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 Ć2 Ć3 Ć4		F2 P1



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK2	K_W08, K_W09, K_K11	Cel2 Cel3	W1 W2 W3 W4 W5 Ć2 Ć3 Ć4 Ć1 Ć5		F2 P1
EK3	K_W09, K_W14, K_K11, K_K09	Cel1 Cel3	W1 Ć1 Ć5 Ć6		F2 F1
EK4	K_W08, K_K11	Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5		F2 P1
EK5	K_W09, K_W10, K_W12, K_W14, K_U16, K_K11, K_K09	Cel1 Cel3	W1 W6 Ć1 Ć5 Ć6		F2 F1 P1
EK6	K_W09, K_W10, K_W14, K_K10, K_K09	Cel1 Cel3	W1 W2 W3 W6 Ć1 Ć6		F2 F1 P1
EK7	K_W08, K_W10, K_W12, K_K10, K_K11, K_K09	Cel2 Cel3	W1 Ć3 Ć5		F2 P1
EK8	K_W08, K_W10, K_W12, K_K10, K_K11, K_K09	Cel2 Cel3	W1 Ć3 Ć5		F2 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 **Woynarowska B.** — *Edukacja zdrowotna.*, Warszawa, 2007, Wyd. Naukowe PWN
- 2 **Woynarowska B., Kowalewska A., Izdebski Z., Komosińska K.** — *Biomedyczne podstawy kształcenia i wychowania.*, Warszawa, 2010, Wyd. Naukowe PWN

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Heszen I., Sęk H.** — *Psychologia zdrowia*, Warszawa, 2007, Wydawnictwo Naukowe PWN
- 2 **Ciborowska H., Rudnicka A.** — *Dietetyka. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego*, Warszawa, 2007, Wyd. PZWL
- 3 **Karski J.** — *Promocja zdrowia*, Warszawa, 1999, Wyd. IGNIS

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

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



OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

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)

.....