

Podstawy rekreacji - course description

General information	
Course name	Podstawy rekreacji
Course ID	04.4-WZS-TiRP-PodRe
Faculty	Faculty of Biological Sciences
Field of study	tourism and entertainment
Education profile	practical
Level of studies	First-cycle studies leading to Bachelor's degree
Beginning semester	winter term 2021/2022

Course information	
Semester	1
ECTS credits to win	1
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	dr Agnieszka Gandecka

Classes forms					
The class form	Hours per semester (full-time)	Hours per week (full-time)	Hours per semester (part-time)	Hours per week (part-time)	Form of assignment
Lecture	15	1	9	0,6	Credit with grade

Aim of the course

Wypożyczenie w wiedzę z zakresu rekreacji, kształtowania aktywnej postawy pro-rekreacyjnej, samodzielnego planowania, programowania i realizacji różnych form rekreacji, niezależnie od odbiorców i miejsc realizacji oraz oceny efektów swojego działania.

Prerequisites

Otwartość umysłu, chęć zdobywania wiedzy.

Scope

Podstawowe pojęcia z zakresu rekreacji.

Istota rekreacji fizycznej – jej funkcje i znaczenie w różnych okresach życia człowieka.

Wskazówki organizacyjno-metodyczne do prowadzenia zajęć rekreacyjnych.

Podstawowe środki stosowane w rekreacji ruchowej.

Rola oraz formy rekreacji rodzinnej.

Rekreacja ruchowa osób starszych.

Rekreacja osób niepełnosprawnych.

Teaching methods

Prelekcja interaktywna.

Prezentacja multimedialna.

Learning outcomes and methods of theirs verification

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
potrafi rozwiązywać problemy związane z realizacją zadań rekreacyjnych	K_W02 K_U19 K_U20 K_U22	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
zna mechanizmy działania i skutki stosowania różnych form rekreacji na organizm.	K_W02 K_W20	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
rozumie potrzebę uczenia się przez całe życie, potrafi uzupełniać i doskonalić nabytą wiedzę i umiejętności.	K_K01	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
posiada wiedzę o roli wysiłku fizycznego dla funkcjonowania organizmu człowieka i jego wpływie na organizm	K_W20	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
potrafi pracować i działać w grupie i pełnić w niej różne role	K_K02	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
zna zasady promocji zdrowia i zdrowego stylu życia.	K_W02 K_K08	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia oraz przestrzega zasad bezpieczeństwa pracy.	K_U20 K_U21 K_K04	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
zna mechanizmy rozwoju organizmu dzieci i młodzieży oraz możliwości wykonywania wysiłków fizycznych różnego typu. Wykazuje znajomość procesów starzenia się organizmu oraz możliwości wykonywania wysiłków rekreacyjnych.	K_W20 K_W21 K_W23	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
Potrafi planować, projektować i realizować zadania z zakresu rekreacji i promocji zdrowego stylu życia.	K_U20 K_U21 K_K04	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
potrafi komunikować się z jednostką oraz grupą społeczną w zakresie rekreacji i promocji zdrowego stylu życia.	K_U23	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture
potrafi dobrać właściwe formy i metody rekreacji zależne od jej odbiorców. Potrafi wskazać błędy w zakresie aktywności fizycznej.	K_U21 K_K08	- a pass - oral, descriptive, test and other - activity during the classes	Lecture

Assignment conditions

Pozytywna ocena z zaliczenia.

Recommended reading

- Dąbrowski A. (red.), (2006). Zarys teorii rekreacji ruchowej. AlmaMer Wyższa Szkoła Ekonomiczna, AWF, Warszawa.
- Kiełbasiewicz - Drozdowska I., Siwiński W. (red), (2001). Teoria i metodyka rekreacji: zagadnienia podstawowe. AWF, Poznań.
- Napierała M., Muszkieta R, (2011). Wstęp do teorii rekreacji. Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz .
- Piławska A., Piławski A., Pietrzyński W. (2003). Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej. GWSH, Katowice.
- Siwiński W., Tauber R. D. (2004). Rekreacja ruchowa. Zagadnienia teoretyczno-metodyczne. WSHiG, Poznań.
- Siwiński W., Tauber R. D., E. Mucha-Szajek E. (2008). Współczesne tendencje w rekreacji i turystyce. Wyższa Szkoła Hotelarstwa i Gastronomii, Poznań.
- Toczek – Werner S. (red.), (2008). Podstawy rekreacji i turystyki. AWF, Wrocław.

Further reading

- Dąbrowski A. (red.), (2003). Uczestnictwo Polaków w rekreacji ruchowej i jego uwarunkowania. Wydawnictwo Naukowe NOVUM, Warszawa – Płock
- Kubińska Z., Bergier B. (2005). Rekreacja ruchowa w teorii i praktyce. PWSZ, Biała Podlaska.
- Nałęcka D. (1998). Sport dla każdego. Humanistyczne podstawy rekreacji ruchowej. Warszawa.
- Nałęcka D., Bytniewski M. (red.), (2006). Teoria i praktyka w rekreacji ruchowej. PWSZ, Biała Podlaska.
- Parnicka U. (red.), (2003). Rekreacja w rodzinie, TKKF, Warszawa.
- Siwiński W. (2002). Adaptacja do zawodu animatora rekreacji i turystyki. AWF, Poznań.

Notes

Modified by dr Agnieszka Gandecka (last modification: 14-06-2021 12:50)

Generated automatically from SylabUZ computer system