

PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2012/2013

Instytut Zdrowia

Kierunek studiów: Ratownictwo medyczne

Profil: Praktyczny

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 12.9

Stopień studiów: I

Specjalności: Ratownictwo medyczne

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Wychowanie fizyczne/Techniki samoobrony
KOD PRZEDMIOTU	IZ 12.9 PIS C7 12/13
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty z innych wymagań programowych
LICZBA PUNKTÓW ECTS	1
SEMESTRY	3

2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA/ SEM.	BEZ BEZPOŚREDNIEGO UDZIAŁU NAUCZYCIELA	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	PRAKTYKA ZAWODOWA
3		30			

3 CELE PRZEDMIOTU

Cel 1 Wyposażenie studentów w umiejętności z zakresu podstaw samoobrony oraz przygotowanie do udzielania pomocy poszkodowanym z wykorzystaniem chwytów obronnych.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

a Brak wymagań.



5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Zna teoretyczne podstawy technik samoobrony.

EK2 Umiejętności: Proponuje alternatywy wykorzystania technik obronnych w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Działa zespołowo.

EK3 Umiejętności: Omawia i demonstruje podstawowe techniki samoobrony.

EK4 Kompetencje społeczne: Kształtuje samodyscyplinę i poczucie odpowiedzialności za zdrowie i bezpieczeństwo własne i drugiego człowieka. Jest świadomy roli ruchu i ćwiczeń fizycznych w dbaniu o własne zdrowie.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA/SEM.

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Podział padów. Walka wręcz. Zasady stosowania chwytów transportowych.	10
C2	Obrona czynna przed kopnięciem, uderzeniem pięścią, uderzeniem pałą, ciosem nożem oraz obrona przed bronią palną.	7
C3	Samoobrona przed chwytami krępującymi ruchy, obrona osoby trzeciej, obrona przed kilkoma napastnikami z użyciem tonfy.	7
C4	Techniki walki w parterze obrona przed przeciwnikiem znajdującym się w parterze.	6
	RAZEM	30

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Pokaz

M2 Słowne objaśnienie

M3 Praca w grupach

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

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



9 SPOSOBY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1 Obserwacja

F2 Aktywność na zajęciach

F3 Zaliczenie praktyczne

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	Wymaga uzupełnienia wiedzy dotyczącej teoretycznych podstaw technik samoobrony.	ćwiczenia/ sem.	Aktywność na zajęciach (waga 100)
NA OCENĘ 4	Dobrze opanował wiedzę dotyczącą teoretycznych podstaw technik samoobrony.		
NA OCENĘ 5	Biegłe posługuje się wiedzą dotyczącą teoretycznych podstaw technik samoobrony.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Wymaga ukierunkowania co do wykorzystania technik obronnych w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Działa zespołowo.	ćwiczenia/ sem.	Aktywność na zajęciach (waga 30), zaliczenie praktyczne (waga 70)
NA OCENĘ 4	Proponuje alternatywy wykorzystania technik obronnych w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Działa zespołowo.		
NA OCENĘ 5	Proponuje alternatywy wykorzystania technik obronnych w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Działa zespołowo.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Wymaga ukierunkowania podczas omawiania i demonstrowania podstawowych technik samoobrony.	ćwiczenia/ sem.	Aktywność na zajęciach (waga 30), zaliczenie praktyczne (waga 70)
NA OCENĘ 4	Wymaga niewielkiego ukierunkowania podczas omawiania i demonstrowania podstawowych technik samoobrony.		
NA OCENĘ 5	Samodzielnie omawia i demonstruje podstawowe techniki samoobrony.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 4		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 4
NA OCENĘ 3	Wymaga ukierunkowania co do celowości kształtowania samodyscypliny i poczucia odpowiedzialności za zdrowie i bezpieczeństwo własne i drugiego człowieka. Jest świadomy roli ruchu i ćwiczeń fizycznych w dbaniu o własne zdrowie.	ćwiczenia/ sem.	Aktywność na zajęciach (waga 50), obserwacja (waga 50)



NA OCENĘ 4	Zna celowość kształtowania samodyscypliny i poczucia odpowiedzialności za zdrowie i bezpieczeństwo własne i drugiego człowieka. Jest świadomy roli ruchu i ćwiczeń fizycznych w dbaniu o własne zdrowie.		
NA OCENĘ 5	Samodzielnie kształtuje samodyscyplinę i poczucie odpowiedzialności za zdrowie i bezpieczeństwo własne i drugiego człowieka. Jest świadomy roli ruchu i ćwiczeń fizycznych w dbaniu o własne zdrowie.		

OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)

Średnia arytmetyczna ocen z wszystkich efektów kształcenia.

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

a 100% obecności na zajęciach. Zliczenie wszystkich planowanych zaliczeń praktycznych.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	RMK_W05	Cel1	C1, C4	M1, M2, M3
EK2	RMK_U20, RMK_U13	Cel1	C1, C2, C3, C4	M1, M2, M3
EK3	RMK_W05, RMK_U20, RMK_U13	Cel1	C1, C2, C3, C4	M1, M2, M3
EK4	RMK_K10	Cel1	C1, C2, C3, C4	M1, M2, M3

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

[1] Jezierska E. — *Sztuki walki: droga do nieagresji*, Warszawa, 2009, Edukacja i dialog

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

mgr Iwona Zaczyk (kontakt: iwonazaczyk@interia.pl)



OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

mgr Janusz Jasielec (kontakt: janusz.jasielec@o2.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik zakładu)	(dyrektor instytutu)
---------------------	-------------------------------	---------------------	----------------------

PWSZ w Nowym Sączu

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....