



UNIWERSYTET
Andrzeja Frycza Modrzewskiego
w Krakowie

KARTA PRZEDMIOTU

1. Informacje wstępne

Nazwa przedmiotu	Podstawy rekreacji
Wydział	Wydział Prawa
Kierunek	Turystyka i rekreacja
Specjalność/Ścieżka specjalizacyjna	—
Poziom PRK	6 PRK
Poziom kształcenia	studia pierwszego stopnia
Forma studiów	studia stacjonarne
Grupa zajęć	—
Liczba punktów ECTS	3
Rodzaj przedmiotu	obowiązkowy
Liczba godzin ogółem	20 godz.
Cykl dydaktyczny	2021/2022 zimowy
Semestr studiów	1
Rok studiów	1
Profil kształcenia	praktyczny
Rok realizacji	2021/2022
Język wykładowy	polski
Osoba odpowiedzialna za przedmiot	dr Iwona Cybula (e-mail: icybula@uafm.edu.pl)

Semestr, liczba punktów ECTS, rodzaj zajęć, liczba godzin w planie studiów

Semestr	Wykład
1	20 godz. 3 ECTS

2. Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie studentów z pojęciami związanymi z tematyką teorii rekreacji i zachowań wolnoczasowych, przekazanie wiedzy o funkcji współczesnej rekreacji w aspekcie promocji zdrowia i spędzania wolnego czasu, poznanie biologicznych, psychologicznych, społeczno-kulturowych i środowiskowych podstaw rekreacji ruchowej, przyswojenie zagadnień związanych z metodyką rekreacji ruchowej, opanowanie umiejętności planowania i programowania bezpiecznych imprez sportowo rekreacyjnych
----	---

3. Wymagania wstępne

Brak

4. Opis efektów uczenia się

W1	Wiedza: Student zna podstawowe pojęcia i klasyfikacje dotyczące rekreacji, rozumie istotę rekreacji, jej funkcje i znaczenie w życiu współczesnego człowieka	EUK6_W1, EUK6_W3, EUK6_W5, EUK6_W6
U1	Umiejętności: Student dobiera aktywności pod kątem rekreacji, jest kreatywny w zakresie organizacji i animacji czasu wolnego	EUK6_U1, EUK6_U3
K1	Kompetencje społeczne: Student respektuje zasady współpracy w zespole, odpowiednio określa priorytety służące realizacji określonego przez siebie lub innych zadania	EUK6_KS1, EUK6_KS3, EUK6_KS4, EUK6_KS5

5. Treści programowe

Wykład (20 godz.)

Kod	Tematyka zajęć (nr semestru: 1)
Wyk1	Wprowadzenie do przedmiotu. Teoria rekreacji i jej status naukowy, rys historyczny. Podstawowe pojęcia z zakresu rekreacji
Wyk2	Czynniki wpływające na rozwój rekreacji
Wyk3	Formy rekreacji - charakterystyka
Wyk4	Metody i środki rekreacji
Wyk5	Ogólne zasady obsługi imprezy rekreacyjnych
Wyk6	Zdrowotne aspekty rekreacji
Wyk7	Rekreacja osób niepełnosprawnych
Wyk8	Aktywność fizyczna Polaków

6. Metody dydaktyczne

Wykład	
M6	Dyskusja
M17	Prezentacja multimedialna

7. Nakład pracy studenta

Forma aktywności studenta	Obciążenie studenta
Wykład	20 godz.
W tym metodą e-learning:	0 godz.

Praca własna studenta	
	55 godz.

Całkowite obciążenia	
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	75 godz.
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	3 ECTS

8. Kryteria oceny

Wykłady (Egzamin końcowy / Zaliczenie końcowe)	
Na ocenę 5:	Student powinien być obecny na przynajmniej 90% zajęć oraz zaliczyć test na poziomie 85%-100%
Na ocenę 4,5:	4.5 Student powinien być obecny na przynajmniej 80% zajęć oraz zaliczyć test na poziomie 77%-84%
Na ocenę 4:	Student powinien być obecny na przynajmniej 70% zajęć oraz zaliczyć test na poziomie 68%-76%
Na ocenę 3,5:	Student powinien być obecny na przynajmniej 60% zajęć oraz zaliczyć test na poziomie 60%-67%
Na ocenę 3:	Student powinien być obecny na przynajmniej 50% zajęć oraz zaliczyć test na poziomie 51%-59%

9. Literatura

Literatura podstawowa

1. G. Bielec, W. Półtorak, K. Warchoń, Zasady teorii i metodyki rekreacji ruchowej, Kraków, 2011
2. R. Winiarski, Rekreacja i czas wolny, Warszawa, 2011
3. S. Toczek-Werner (red.), Podstawy rekreacji i turystyki, Wrocław, 2008

Literatura uzupełniająca

1. P. Bałdys, W co się bawić? Formy spędzania czasu wolnego i aktywności w społeczeństwie ponowoczesnym, Toruń, 2008, Adam Marszałek [w:] Homo kreator czy homo ludens? Nowe formy aktywności i spędzania czasu wolnego, red. W. Muszyński, M. Sokołowski
2. D. Dudek, Pojęcie rekreacji w polskiej tradycji terminologicznej, Kraków, 2006, "Folia Turistica"

Publikacje prowadzącego

1. I. Cybula, Bezpieczeństwo żywieniowe dzieci podczas wycieczek szkolnych (na przykładzie analizy stron internetowych wybranych szkół podstawowych), Kraków, 2019, [w:] Bezpieczeństwo. Teoria i Praktyka kwartalnik Krakowskiej Akademii im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego, s. 147-162

10. Informacja o osobach prowadzących zajęcia

Osoby prowadzące zajęcia

dr Iwona Cybula (e-mail: ickybula@uafm.edu.pl)