

KARTA PRZEDMIOTU

Rok akademicki 2020/2021

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C23.TSDiM	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Teoria sportu dzieci i młodzieży</i> <i>Theory of children and youth sport</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
1.2. Forma studiów	<i>stacjonarne/niestacjonarne</i>
1.3. Poziom studiów	<i>pierwszego stopnia</i>
1.4. Profil studiów*	<i>praktyczny</i>
1.5. Specjalność*	<i>nauczycielska</i>
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	<i>WO, Instytut Fizjoterapii</i>
1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	<i>Dr n. o kf. Robert Dutkiewicz</i>
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	<i>Dr n. o kf. Robert Dutkiewicz, mgr Piotr Osiakowski</i>
1.9. Kontakt	<i>robert.dutkiewicz@ujk.edu.pl</i>

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	<i>P/K - podstawowy/kierunkowy</i>
2.2. Język wykładowy	<i>język polski</i>
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	<i>VI</i>
2.4. Wymagania wstępne*	<i>Wiedza z zakresu anatomii, fizjologii człowieka, biomechaniki</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>wykłady, ćwiczenia</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>Sala wykładowa, hala sportowa, stadion- zajęcia w terenie</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną, egzamin</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	<i>Wykłady multimedialne, praca w grupach, prezentacja prac studenckich, zajęcia praktyczne, ćwiczenia</i>	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ambroży T., <i>Wprowadzenie do teorii sportu Poradnik metodyczny dla studentów. Wydawnictwo Dla szkoły</i> Bielsko-Biała 2007. 2. Kasa J WSP. <i>Wstęp do antropologii sportu dla wszystkich z elementami teorii treningu</i> Warszawa 2012. 3. Górski Jan <i>"Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego"</i> PZWL Warszawa 2015. 4. Pacek Artur <i>"Getbetter jump program"</i> Print Management 2017.
	uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Naglak Z.: <i>Metodyka trenowania sportowca. Wrocław 1999. AWF.</i> 2. Raczek J.: <i>Podstawy szkolenia sportowego dzieci i młodzieży. Warszawa 1991. RCMSzKFiS.</i> 3. Sozański H. (red.): <i>Sport dzieci i młodzieży. Vademecum trenera. Warszawa 1994. RCMSzKFiS.</i> 4. Sozański H.: <i>Wybrane aspekty kwalifikacji dzieci i młodzieży do sportu i treningu. Warszawa 2005.</i> 5. Zaporożanow W., Sozański H.: <i>Dobór i kwalifikacja do sportu. Warszawa 1997. RCMSzKFiS.</i>

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

<p>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</p> <p>Wykłady:</p> <p><i>C1. Student zna zasady, środki i metody treningu sportowego dzieci i młodzieży.</i></p> <p><i>C2. Nabycie przez studenta podstawowej wiedzy specjalistycznej o procesie doboru i selekcji do sportu wyczynowego.</i></p> <p>Ćwiczenia:</p> <p><i>C1. Poznanie przez studenta zasad i specyfiki sportu dzieci, młodzieży.</i></p> <p><i>C2. Kształtowanie u studenta świadomości czynnego udziału w różnych formach aktywności ruchowej.</i></p>

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady:

1. Teoria sportu jako synteza wiedzy oparta na różnych dyscyplinach naukowych.
2. Geneza teorii sportu, etapy rozwoju.
3. Głównie organizacyjno-metodyczne zasady budowy procesu treningowego.
4. Etapy szkolenia sportowego.
5. Struktura rzeczowo-czasowa treningu sportowego.
6. Podstawy tworzenia charakterystyk modelowych w sporcie.
7. Cechy charakterystyczne przygotowania sportowców w ekstremalnych warunkach.
8. Specyfika treningu sportowego kobiet.
9. Środki odnowy biologicznej i wypoczynku stymulujących sprawność sportową zawodników, przeciwwskazania do wysiłku fizycznego.

Ćwiczenia:

1. Etapy szkolenia sportowego.
2. Dobór i selekcja do różnych dyscyplin sportu.
3. Dynamika obciążeń treningowych i wzajemny stosunek ćwiczeń o różnym ukierunkowaniu w procesie szkolenia dzieci i młodzieży.
4. Struktura rzeczowo-czasowa treningu sportowego.
5. Metody nauczania i realizacji treści programowych.
6. Wyniki sportowe jako kryteria kontroli jakości treningu dzieci i młodzieży.
7. Obiekty i urządzenia sportowe.
8. Organizacyjne rozwiązania funkcjonowania sportu dzieci i młodzieży w Polsce.
9. Rodzaje i organizacje zawodów sportowych.
10. Rola trenera i nauczyciela wf-u w kształtowaniu świadomości i czynnego udziału w różnych formach aktywności ruchowej.

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	<i>Zna istotę sportu, dynamikę obciążeń treningowych i wzajemny stosunek ćwiczeń o różnym ukierunkowaniu w procesie szkolenia sportowego.</i>	WF1P_W03 - jest świadomy funkcjonowania układów fizjologicznych organizmu człowieka podczas spoczynku, wysiłku i w okresie powysiłkowym WF1P_W13 - zna przeciwwskazania do wysiłków fizycznych i wykonywania ćwiczeń ruchowych w niektórych schorzeniach i zaburzeniach, posiada podstawową wiedzę na temat objawów urazów i uszkodzeń sportowych oraz zasady orzecznictwa sportowo-lekarskiego
W02	<i>Opisuje podstawowe terminy z zakresu teorii treningu sportowego, treningu odnowy biologicznej oraz zna przeciwwskazania wysiłku fizycznego.</i>	WF1P_W13 - zna przeciwwskazania do wysiłków fizycznych i wykonywania ćwiczeń ruchowych w niektórych schorzeniach i zaburzeniach, posiada podstawową wiedzę na temat objawów urazów i uszkodzeń sportowych oraz zasady orzecznictwa sportowo-lekarskiego WF1P_W07 - zna fachową terminologię i posiada podstawową wiedzę dotyczącą bezpieczeństwa i higieny pracy w instytucjach edukacyjnych oraz o stanach zagrożenia życia i zdrowia, zasadach udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej
W03	<i>Rozumie wzajemne powiązania poszczególnych elementów procesu treningowego.</i>	WF1P_W16 - posiada podstawową wiedzę oraz zna terminologię z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	<i>Programuje, organizuje i kontroluje szkolenie sportowe dzieci w różnych dyscyplinach sportu.</i>	WF1P_U01 - posiada umiejętność oceny rozwoju fizycznego ucznia, potrafi dokonywać pomiaru podstawowych wskaźników strukturalnej i morfologicznej budowy ciała oraz wskaźników fizjologicznych
U02	<i>Potrafi wskazać w planie treningowym potencjalne zagrożenia dla zawodnika pod kątem przeciążeń treningowych oraz zastosować metody odnowy biologicznej.</i>	WF1P_U07 - posiada umiejętności w zakresie udzielania wskazówek dotyczących doboru form aktywności fizycznej i dyscyplin dostosowanych do wieku i stanu zdrowia ucznia, oceny jego wydolności fizycznej

		WF1P_U17 - posiada podstawowe umiejętności w zakresie stosowania i propagowania różnych metod odnowy biologicznej mających na celu usunięcie skutków zmęczenia i przeciążeń po wysiłkach fizycznych o różnym charakterze.
U03	<i>Umie uzasadnić i zorganizować proces zbierania porządkowania i interpretacji wyników badań dotyczących szkolenia sportowego.</i>	WF1P_U10 - potrafi interpretować wyniki podstawowych wskaźników: morfologicznych, fizjologicznych, biofizycznych pozwalających diagnozować stan organizmu
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	<i>Jest świadomy potrzeby do uzupełniania i doskonalenia.</i>	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia																					
Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć					
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01	x																				
W02	x																				
W03	x																				
U01																					
U02																					
U03																					
K01																					

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Student opanował w 60-69% materiał z zakresu projektowania treningu sportowego, pomiaru w cyklu działań: diagnoza-prognoza-kontrola.
	3,5	Student opanował w 70-79% materiał z zakresu projektowania treningu sportowego, pomiaru w cyklu działań: diagnoza-prognoza-kontrola.
	4	Student opanował w 80-89% materiał z zakresu projektowania treningu sportowego, pomiaru w cyklu działań: diagnoza-prognoza-kontrola.
	4,5	Student opanował w 90-99% materiał z zakresu projektowania treningu sportowego, pomiaru w cyklu działań: diagnoza-prognoza-kontrola.
	5	Student opanował w 100% materiał z zakresu projektowania treningu sportowego, pomiaru w cyklu działań: diagnoza-prognoza-kontrola.
ćwiczenia (C)*	3	Student opanował w 60-69% umiejętność zbierania, porządkowania i wykorzystania danych pomiarowy oraz potrafi zaprezentować własny pogląd dotyczący długookresowego funkcjonowania w sporcie, samodzielnego projektowania i prowadzenia treningu.
	3,5	Student opanował w 70-79% umiejętność zbierania, porządkowania i wykorzystania danych pomiarowy oraz potrafi zaprezentować własny pogląd dotyczący długookresowego funkcjonowania w sporcie, samodzielnego projektowania i prowadzenia treningu.
	4	Student opanował w 80-89% umiejętność zbierania, porządkowania i wykorzystania danych pomiarowy oraz potrafi zaprezentować własny pogląd dotyczący długookresowego funkcjonowania w sporcie, samodzielnego projektowania i prowadzenia treningu.
	4,5	Student opanował w 90-99% umiejętność zbierania, porządkowania i wykorzystania danych pomiarowy oraz potrafi zaprezentować własny pogląd dotyczący długookresowego funkcjonowania w sporcie, samodzielnego projektowania i prowadzenia treningu.
	5	Student opanował w 100% umiejętność zbierania, porządkowania i wykorzystania danych pomiarowy oraz potrafi zaprezentować własny pogląd dotyczący długookresowego funkcjonowania w sporcie, samodzielnego projektowania i prowadzenia treningu.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	50	
<i>Udział w wykładach</i>	25	
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	25	
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	50	
<i>Przygotowanie do wykładu</i>	10	
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	10	
<i>Przygotowanie do egzaminu/kolokwium</i>	20	
<i>Zebranie materiałów do projektu</i>	10	
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	

**niepotrzebne usunąć*

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....