

KARTA PRZEDMIOTU

Rok akademicki 2017/2018

Kod przedmiotu	0114-7WF-B/C26-TiMLA	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Teoria i metodyka lekkiej atletyki</i> <i>Theory and methodology of athletics</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 licencjackie</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>Mgr Filip Szolowski</i>
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	<i>Mgr Filip Szolowski</i>
1.9. Kontakt	<i>666 300 200</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>I, II</i>
2.4. Wymagania wstępne*	<i>Dobra ogólna sprawność fizyczna. Podstawy metodyki w-f, Znajomość podstawowych zagadnień związanych z lekkoatletyką, w tym przepisów, wyników, osiągnięć polskich lekkoatletów.</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>ćwiczenia</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>Aneks lekkoatletyczny, stadion lekkoatletyczny</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	<i>Pokaz, ćwiczenia indywidualne.</i>	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bora P.: <i>Skok Wzwyż. Historia – Technika - Metodyka nauczania</i>, Wydawnictwo SPORTPRESS. Warszawa 1996 2. Centralne Kolegium Sędziów: <i>Przepisy zawodów w lekkoatletyce</i>, Wydanie polskie na podstawie IAAF, Warszawa 2002 3. Mroczyński Z. (pod redakcją): <i>Lekkoatletyka. Skoki – Rzuty – Wieloboje</i>, Akademia Wychowania Fizycznego w Gdańsku, Wydawnictwo Uczelniane, Gdańsk 1997 4. Mulak J.: <i>Lekkoatletyka. Technika – Metodyka – Trening</i>, Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1982.
	uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Raczek J.: <i>Rozwój wytrzymałości dzieci i młodzieży szkolnej</i>, Wydawnictwo „Sport i Turystyka”, Warszawa 1981 2. Socha S. (pod redakcją): <i>Lekkoatletyka. Technika, metodyka nauczania, podstawy treningu</i>, Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 1997 3. Sozański H. Tomaszewski R.: <i>Skoki Lekkoatletyczne. Resortowe Centrum Metodyczno – Szkoleniowe Kultury Fizycznej i Sportu</i>. Warszawa 1999 4. Szelest Z. Sulisz S.: <i>Lekkoatletyka. Zbiór Ćwiczeń Ogólnych i Specjalnych</i>, Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1985

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

<p>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</p> <p>C1. Zapoznanie studentów z wiedzą z zakresu lekkiej atletyki, nauczenie prowadzenia zajęć grupowych, zapoznanie z etapami nauczania lekkiej atletyki oraz wyposażenie w odpowiedni zasób metod, technik i ćwiczeń ruchowych, w celu przygotowania do roli nauczyciela wychowania fizycznego – organizatora i propagatora różnych form aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem lekkiej atletyki.</p> <p>C2. Wyposażenie studentów w umiejętności organizowania zajęć z zakresu lekkiej atletyki w tym nauczania techniki i metodyki konkurencji lekkoatletycznych. Kształtowanie umiejętności prowadzenia zajęć praktycznych z zakresu Lekkiej atletyki oraz wyboru właściwych metod, form i środków do możliwości ruchowych ćwiczących.</p> <p>C3. Kształtowanie postawy gotowości do aktualizowania wiedzy w zakresie prowadzenia zajęć z lekkiej atletyki, a także gotowości do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz kształtowania postaw moralnych i społecznych w oparciu o wartości tkwiące w sporcie, rekreacji ruchowej i turystyce.</p>
--

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

1. Historia i charakterystyka dyscypliny. Przedstawienie dyscypliny. Przepisy BHP na zajęciach sportowych.
2. Klasyfikacja konkurencji lekkoatletycznych.
3. Podstawowe przepisy w lekkiej atletyce.
4. Ćwiczenia ogólnorozwojowe wspierające poszczególne konkurencje lekkoatletyczne.
5. Technika i metodyka nauczania skoku w dal z miejsca.
6. Technika i metodyka nauczania skoku w dal z rozbiegu.
7. *The technique and methodology of teaching high jump.* (Technika i metodyka nauczania skoku wzwyż)
8. Technika i metodyka nauczania startu niskiego.
9. Technika i metodyka nauczania startu wysokiego.
10. Technika i metodyka nauczania biegów sztafetowych.
11. Technika i metodyka nauczania biegów przez płotki.
12. Metodyka atletyki terenowej.
13. Przygotowanie do roli sędziego w skoku w dal.
14. Praktyczna realizacja zajęć lekkoatletycznych - prowadzenie przygotowanych konspektów dla różnych grup wiekowych.

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	<i>Zna i używa odpowiedniej terminologii w odniesieniu do poszczególnych ćwiczeń, sprzętu i przyrządów sportowych oraz poznanych konkurencji lekkoatletycznych.</i>	WF1P_W22 - posiada wiedzę merytoryczną z zakresu techniki i metodyki nauczania gier zespołowych i sportów indywidualnych niezbędną do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego, zna fachową terminologię
W02	<i>Posiada wiedzę metodyki oraz z przepisów lekkoatletycznych, wie, jak i jakie są zawody sportowe dla poszczególnych etapów szkolenia</i>	WF1P_W17 - ma uporządkowaną wiedzę z zakresu pojęć i na temat teorii i metodyki wychowania fizycznego i sportu dzieci i młodzieży
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	<i>Potrafi korzystać z poznanego sprzętu i przyrządów sportowych wykorzystywanych do prowadzenia zajęć z lekkiej atletyki.</i>	WF1P_U01 - posiada umiejętność oceny rozwoju fizycznego ucznia, potrafi dokonywać pomiaru podstawowych wskaźników strukturalnej i morfologicznej budowy ciała oraz wskaźników fizjologicznych
U02	<i>Posiada umiejętności prezentowania oraz wyjaśniania problematyki związanej z ochroną i promocją zdrowia oraz aktywnością fizyczną w odniesieniu do grup szkolnych.</i>	WF1P_U02 - posiada podstawowe umiejętności techniczne i taktyczne oraz ruchowe w zakresie sportów indywidualnych i zespołowych dające możliwość prawidłowej demonstracji WF1P_U03 - posiada umiejętność posługiwania się aparaturą oraz urządzeniami pomiarowymi niezbędnymi do testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej
U03	<i>Potrafi (na podstawie zdobytej wiedzy) samodzielnie przygotować oraz przeprowadzić zajęcia z zakresu lekkiej atletyki, dopasowując ich formę do wieku, płci oraz warunków bazowych środowiskowych i klimatycznych.</i>	WF1P_U18 - potrafi opracować i przeprowadzić jednostki lekcyjne i treningowe, które są zgodne z procesami uczenia się i nauczania, bezpieczeństwa i higieny pracy WF1P_U12 - potrafi posługiwać się podstawową wiedzą pedagogiczną w celu projektowania racjonalnego wykorzystania czasu wolnego oraz przewidywać efekty planowanych działań
U04	<i>Posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych</i>	WF1P_U02 - posiada podstawowe umiejętności techniczne i taktyczne oraz ruchowe w zakresie sportów indywidualnych i zespołowych dające możliwość prawidłowej demonstracji
U05	<i>Potrafi korzystać z poznanego sprzętu i przyrządów sportowych wykorzystywanych do prowadzenia zajęć z lekkiej atletyki.</i>	WF1P_U06 - posiada umiejętności pracy w grupie dla realizacji celów edukacyjnych i sportowych
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	<i>Ma świadomość, że uczyć należy się przez całe życie, dzięki temu ma świadomość własnych ograniczeń i wie, kiedy zwrócić się do ekspertów.</i>	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie
K02	<i>Jest zorientowany na przestrzeganie zasad bezpieczeństwa oraz kształtowanie postaw moralnych i społecznych w oparciu o wartości tkwiące w sporcie, rekreacji ruchowej i turystyce: zasada „fair play”, wytrwałość, systematyczność, odpowiedzialność, samodyscyplina, równość szans, szacunek dla przeciwnika, umiejętność zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki. Wskazanie kształtowania tych postaw u młodych ludzi.</i>	WF1P_K03 - posiada zdolność współpracy w zespole, potrafi pełnić w nim różne role, umie podejmować i wyznaczać zadania, posiada umiejętności organizacyjne związane z przygotowaniem i realizacją działań zawodowych

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			Forma zajęć		
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01																					
W02																					
U01																					
U02																					
U03																					
U04																					
U05																					
K01																					
K02																					

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	1. Obecność na zajęciach praktycznych – 90% 2. Samodzielne opracowanie dwóch konspektów 45 minutowych z nauczania skoku w dal, wzwyż, biegu przez płotki lub biegów sztafetowych – 60%. 3. Zaliczenie kolokwiów na 60%. 4. Samodzielne przeprowadzenie fragmentu zajęć z lekkiej atletyki z pomocą przygotowanego konspektu – 100%.
	3,5	1. Obecność na zajęciach praktycznych – 90% 2. Samodzielne opracowanie dwóch konspektów 45 minutowych z nauczania skoku w dal, wzwyż, biegu przez płotki lub biegów sztafetowych – 70%. 3. Zaliczenie kolokwiów na 61-69%. 4. Samodzielne przeprowadzenie fragmentu zajęć z lekkiej atletyki z pomocą przygotowanego konspektu -100%.
	4	1. Obecność na zajęciach praktycznych-90%. 2. Samodzielne opracowanie trzech konspektów 45 minutowych z nauczania skoku w dal, wzwyż, biegu przez płotki lub biegów sztafetowych -80%. 3. Zaliczenie kolokwiów na 70-79%. 4. Samodzielne przeprowadzenie fragmentu zajęć z lekkiej atletyki bez pomocy konspektu -100%.
	4,5	1. Obecność na zajęciach praktycznych-90%. 2. Samodzielne opracowanie trzech konspektów 45 minutowych z nauczania skoku w dal, wzwyż, biegu przez płotki lub biegów sztafetowych – 90%. 3. Zaliczenie kolokwiów na 80-89%. 4. Samodzielne przeprowadzenie fragmentu zajęć z lekkiej atletyki bez pomocy konspektu -100%.
	5	1. Obecność na zajęciach praktycznych-90%. 2. Samodzielne opracowanie trzech konspektów 45 minutowych z nauczania skoku w dal, wzwyż, biegu przez płotki lub biegów sztafetowych – 100%. 3. Zaliczenie kolokwiów na 90-100%. 4. Samodzielne przeprowadzenie fragmentu zajęć z lekkiej atletyki bez pomocy konspektu -100%.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	50	30
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*	50	30
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	50	70
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*	25	35
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*	25	35
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	100
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	4

*niepotrzebne usunąć

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