

PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2013/2014

Instytut Kultury Fizycznej

Kierunek studiów: Wychowanie fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: wychowanie fizyczne z odnową biologiczną i specjalizacją instruktorską

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Zajęcia specjalistyczne w lekkiej atletyce
KOD PRZEDMIOTU	IKF 16.1 AIS D1 13/14
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty uzupełniające
LICZBA PUNKTÓW ECTS	8
SEMESTRY	3 4 5 6

2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA AUDYTORYJNE	ĆWICZENIA LAB./ SEMINARIUM/ ZAJ. WARSZT.	ĆWICZENIA KLINICZNE/ PRAKTYKI	ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/ LEKTORAT
3					60
4					30
5					30
6					30

3 CELE PRZEDMIOTU

Cel 1 Nabycie umiejętności w zakresie przeprowadzania treningu lekkoatletycznego.

Cel 2 Przygotowanie metodyczne studentów do samodzielnego nauczania konkurencji w lekkiej atletyce.

Cel 3 Zapoznanie studentów z planowaniem oraz przeprowadzeniem procesu nauczania w lekkiej atletyce.

Cel 4 Poznanie przepisów lekkoatletycznych oraz zasad organizowania zawodów lekkoatletycznych.



4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

a Brak.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Umiejętności: Student potrafi przeprowadzić trening lekkoatletyczny, posiada umiejętność niezbędną do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń i technik lekkoatletycznych.

EK2 Umiejętności: Student potrafi dokonywać diagnozy i prognozy pedagogicznej w celu planowania, projektowania i realizacji procesu kształcenia oraz identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce.

EK3 Umiejętności: Student potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować podstawowe ćwiczenia z zakresu lekkoatletyki, posiada umiejętność nauczania .

EK4 Umiejętności: Student organizuje, sędziuje, przeprowadza oraz dokumentuje wyniki zawodów lekkoatletycznych, sportowych i rekreacyjnych z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu pomiarowego.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/LEKTORAT

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Charakterystyka i systematyka metodyka nauczania, bezpieczeństwo na zajęciach, terminologia i opis ćwiczeń lekkoatletycznych.	14
C2	Praca nad techniką biegów, atletyka terenowa, marszobiegi terenowe. Biegi krótkie, średnie, długie, sztafetowe, przez płotki.	40
C3	Różne formy skoczności.	4
C4	Nauka skoku w dal, wzwyż, trójskoku, elementy skoku o tyczce.	30
C5	Przygotowanie siłowe do rzutów wykorzystanie siłowni.	4
C6	Nauka pchnięcia kulą, rzutu piłeczką palantową i oszczepem, rzutu dyskiem.	30
C7	Regulaminy, przepisy i sędziowanie, organizacja i przygotowanie studentów do przeprowadzenia zawodów lekkoatletycznych z wykorzystaniem urządzeń elektronicznych.	10
C8	Przygotowanie konspektów i prowadzenie zajęć przez studentów.	12
C9	Sprawdziany i zaliczenia.	6
	RAZEM	150

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Pokaz

M2 Słowne objaśnienie

M3 Metoda syntetyczna

M4 Metoda analityczna

M5 Metoda kombinowana

M6 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	150
Konsultacje przedmiotowe	8
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	32
Opracowanie wyników	4
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	6
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	200
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	8

9 SPOSOBY OCENY

Średnia warzona ocen formujących: ćwiczenia praktyczne 25%, zaliczenie praktyczne 25%, projekt indywidualny 25% kolokwium 25%.

OCENA FORMUJĄCA

F1 Ćwiczenie praktyczne

F2 Zaliczenie praktyczne

F3 Projekt indywidualny

F4 Kolokwium

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	Student prezentuje poprawnie ćwiczenia i technikę lekkoatletyczną.	ćwiczenia wychowania fizycznego/ lektorat	projekt indywidualny 4-100%
NA OCENĘ 4	Student prezentuje dobry poziom sprawności fizycznej, demonstruje ćwiczenia i technikę lekkoatletyczną.		
NA OCENĘ 5	Student prezentuje bardzo dobry poziom sprawności fizycznej, prawidłowo demonstruje ćwiczenia i technikę lekkoatletyczną.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Student różnicuje podstawowe pojęcia i metody nauki z zakresu lekkiej atletyki.	ćwiczenia wychowania fizycznego/ lektorat	kolokwium 4-100%
NA OCENĘ 4	Student definiuje i objaśnia podstawowe pojęcia z zakresu lekkiej atletyki, dobiera właściwe metody nauki.		



NA OCENĘ 5	Student właściwie definiuje i objaśnia podstawowe pojęcia z zakresu lekkoatletyki, właściwie dobiera metody nauki.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Student potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować podstawowe ćwiczenia z zakresu lekkiej atletyki, posiada umiejętność nauczania w stopniu podstawowym.	ćwiczenia wychowania fizycznego/ lektorat	zaliczenie praktyczne 4-100%
NA OCENĘ 4	Student dobrze potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować podstawowe ćwiczenia z zakresu lekkiej atletyki, posiada umiejętność nauczania .		
NA OCENĘ 5	Student bardzo dobrze potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować podstawowe ćwiczenia z zakresu lekkiej atletyki, posiada umiejętność nauczania .		
EFEKT KSZTAŁCENIA 4		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 4
NA OCENĘ 3	Student organizuje, przeprowadza, sędziuje oraz dokumentuje wyniki zawodów lekkoatletycznych poprawnie.	ćwiczenia wychowania fizycznego/ lektorat	ćwiczenie praktyczne 4-100%
NA OCENĘ 4	Student prawidłowo organizuje, przeprowadza sędziuje oraz dokumentuje przebieg zawodów lekkoatletycznych.		
NA OCENĘ 5	Student właściwie organizuje, przeprowadza sędziuje oraz dokumentuje przebieg zawodów lekkoatletycznych w sposób profesjonalny.		

OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)

Średnia warzona ocen formujących: ćwiczenia praktyczne 25%, zaliczenie praktyczne 25%, projekt indywidualny 25% kolokwium 25%.

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

a Przygotowanie do zajęć, frekwencja, aktywny udział.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	KN_K08	Cel1	C2, C3, C4, C5, C6, C9	M1, M2, M3, M4, M5
EK2	KN_U14, KN_U08	Cel2, Cel3	C2, C3, C4, C5, C6, C9	M1, M2, M3, M4, M5
EK3	KN_U07, KN_U19	Cel3	C2, C3, C4, C5, C6, C9	M1, M2, M3, M4, M5



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK4	KN_U16, KN_U12, KN_U03	Cel4	C1, C7, C8, C9	M5, M6

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- [1] Cieszkowski S. Zaborniak S — *Podstawy lekkiej atletyki*, Rzeszów, 1999, CDP.
- [2] Iskra J. — *Lekkoatletyka w szkole podstawowej*, Katowice, 2002, AWF.
- [3] Socha S. — *Lekkoatletyka. Trening, metodyka nauczania i treningu poszczególnych konkurencji.*, Katowice, 1998, AWF.
- [4] Stawczyk Z. — *Gry i zabawy lekkoatletyczne.*, Poznań, 1999, AWF.

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- [1] Stawczyk Z. — *Zarys lekkoatletyki*, Poznań, 1999, AWF.

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

mgr Tadeusz Pietrzak (kontakt: tadeusz.pietrzak@op.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

mgr Tadeusz Pietrzak (kontakt: tadeusz.pietrzak@op.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

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

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....