

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: Niestacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: wychowanie fizyczne z odnową biologiczną i specjalizacją instruktorską

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Teoria treningu sportowego w lekkiej atletyce
KOD PRZEDMIOTU	IKF 16.1 AIN D1 13/14
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty uzupełniające
LICZBA PUNKTÓW ECTS	3
SEMESTRY	6

2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA AUDYTORYJNE	ĆWICZENIA LABORATORYJNE/ SEMINARIUM	ĆWICZENIA KLINICZNE/ PRAKTYKI	ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/ LEKTORAT
6	15				

3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel 1** Zdobycie specjalistycznej wiedzy z zakresu lekkiej atletyki ze szczególnym uwzględnieniem rozwoju cech motorycznych dzieci i młodzieży.
- Cel 2** Przygotowanie studenta do samodzielnego przygotowania i przeprowadzenia zawodów lekkoatletycznych.
- Cel 3** Zapoznanie ze sposobem sporządzania dokumentacji z zawodów lekkoatletycznych z uwzględnieniem rejestracji i obsługi elektronicznej.



4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

a W oparciu o wiedzę zdobytą w semestrze I,II.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Wiedza: Student stosuje zasób pojęć w zakresie lekkiej atletyki, ma podstawową wiedzę na temat teorii lekkiej atletyki ze szczególnym uwzględnieniem rozwoju cech motorycznych dzieci i młodzieży.

EK2 Umiejętności: Projektuje i planuje zawody lekkoatletyczne stosując do nich przepisy związane z dyscypliną.

EK3 Umiejętności: Tworzy dokumentację, klasyfikuje, przelicza punkty w tabelach sportowych, porównuje wyniki, umie stosować proste urządzenia elektroniczne w organizacji zawodów sportowych.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD		
LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Teoretyczne poszerzenie wiedzy z zakresu poprawy podstawowych cech motorycznych potrzebnych do pracy instruktorskiej w zakresie lekkiej atletyki. Doskonalenie pracy nad technikami poszczególnych konkurencji. Zapoznanie studentów z całorocznym cyklem treningowym. Zależności treningu sportowego w poszczególnych okresach przygotowawczych na kształtowanie wyniku sportowego. Umiejętność motywowania zawodników do pracy lekkoatletycznej w celu osiągnięcia wyniku sportowego. Organizacja imprez masowych (biegi przełajowe) oraz zawodów lekkoatletycznych.	15
	RAZEM	15

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Słowne objaśnienie

M2 Pokaz

M3 Filmy edukacyjne

M4 Wykłady



8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	15
Konsultacje przedmiotowe	3
Egzaminy i zaliczenia w sesji	1
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	40
Opracowanie wyników	6
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	10
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	75
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	3

9 SPOSOBY OCENY

Egzamin.

OCENA FORMUJĄCA

F1 Egzamin

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	Student stosuje podstawowy zasób pojęć w zakresie lekkiej atletyki, ma podstawową wiedzę na temat teorii lekkiej atletyki ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży.	wykład	egzamin 1-33%
NA OCENĘ 4	Student stosuje bogaty zasób pojęć w zakresie lekkiej atletyki, ma specjalistyczną wiedzę na temat teorii lekkiej atletyki ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży.		
NA OCENĘ 5	Student stosuje bardzo duży zasób pojęć w zakresie lekkiej atletyki, ma szeroką wiedzę specjalistyczną na temat teorii lekkiej atletyki ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Student posiada wiedzę dostateczną w zakresie projektowania i planowania zawodów lekkoatletycznych, stosując do nich przepisy związane z dyscypliną.	wykład	egzamin 1-33%
NA OCENĘ 4	Student potrafi projektować i planować zawody lekkoatletyczne stosując do nich przepisy związane z dyscypliną.		



NA OCENĘ 5	Student projektuje i planuje zawody lekkoatletyczne w sposób profesjonalny, stosując do nich przepisy związane z dyscypliną.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Student potrafi tworzyć w minimalnym stopniu dokumentację, klasyfikuje przelicza punkty w tabelach sportowych, słabo porównuje wyniki, umie stosować proste urządzenia elektroniczne w organizacji zawodów sportowych	wykład	egzamin 1-33%
NA OCENĘ 4	Student posiada umiejętność tworzenia dokumentacji z łatwością, klasyfikuje przelicza punkty w tabelach sportowych, potrafi porównywać wyniki, umie stosować proste urządzenia elektroniczne w organizacji zawodów sportowych		
NA OCENĘ 5	Student tworzy dokumentację profesjonalnie, klasyfikuje przelicza punkty w tabelach sportowych, potrafi porównywać wyniki, umie stosować proste urządzenia elektroniczne w organizacji zawodów sportowych		

OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)

Egzamin 100%

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

a Zaliczenie z oceną na podstawie uczestnictwa oraz egzaminu.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	KN_W18	Cel1	W1	M1, M2, M3, M4
EK2	KN_U12	Cel2	W1	M1, M2, M3, M4
EK3	KN_U12	Cel3	W1	M1, M2, M4

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)

.....