

WSPiA im. Mieszka I
WYDZIAŁ ZDROWIA PUBLICZNEGO –
KIERUNEK WYCHOWANIE FIZYCZNE
STUDIA I STOPNIA

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAJĘĆ

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu: TEORIA SPORTU					
1. Kod przedmiotu: 1WF-III/6-43		2. Liczba punktów ECTS:2			
3. Kierunek:		7. Liczba godzin:	ogółem	wykłady	ćwiczenia /inne akt.
4. Specjalność:	Nauczycielska	8. Studia stacjonarne:	30	15	0/15
5. Rok studiów	III	9. Studia niestacjonarne:	18	9	0/9
6. Semestr:	6	10. Poziom studiów:	I		
Koordynator przedmiotu i osoby prowadzące (imię nazwisko, tytuł/stopień naukowy; mail kontaktowy):					
11. Forma zaliczenia:	Zaliczenie	12. Język wykładowy:	polski		

Informacje szczegółowe

1.Cele przedmiotu /cele kształcenia 5 – 10 (intencje wykładowcy):	
C 1.	Opanowanie umiejętności sprawnego posługiwania się fachową terminologią z zakresu treningu sportowego
C 2.	Poznanie struktury treningu sportowego, szczególnie dzieci i młodzieży
C 3.	Określenie specyfiki treningu sportowego dzieci i młodzieży oraz jego miejsca w systemie szkolenia sportowego
C 4.	Nauczenie umiejętności diagnozowania talentów sportowych
C 5.	Opanowanie umiejętności samodzielnego konstruowania programów treningowych oraz weryfikacji ich skuteczności poprzez racjonalną kontrolę

2. Wymagania wstępne:	
a)	Student winien posiadać wiedzę o prawidłowościach rozwoju somatycznego, motorycznego i psychicznego dzieci i młodzieży
b)	Student powinien posiadać wiedzę o prawidłowościach funkcjonowania podstawowych

układów w ciele człowieka ze szczególnym uwzględnieniem aspektów mających wpływ na skuteczność stosowanych obciążeń.

c) Student winien być wyposażony w wiedzę o charakterystykach biomechanicznych, człowieka i zasadach ich diagnozowania.

d) Student powinien być wyposażony w wiedzę o zasadach tworzenia się umiejętności i nawyków ruchowych

e) Student winien posiadać informacje o prawidłowościach postępowania pedagogicznego niezbędnego dla skutecznego wpływania na przebieg procesów rozwojowych dzieci i młodzieży.

3. Efekty kształcenia wybrane dla przedmiotu (kierunkowe, specjalnościowe, specjalizacyjne):				
<i>W zakresie wiedzy</i>				
Symbol kierunkowego efektu kształcenia	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu kształcenia kierunkowego (Po zakończeniu przedmiotu dla potwierdzenia osiągnięcia efektów kształcenia student:)	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K1A_W01	P43-W01	zna (potrafi opisać) budowę i rozumie czynności i funkcje elementów składowych poszczególnych układów istotnych z punktu widzenia aktywności fizycznej człowieka oraz fizjologiczne procesy regulujące działanie organizmu ludzkiego	Praca pisemna	C1
K1A_W03	P43-W02	Zna podstawowe pojęcia dotyczące ontogenezy, przebieg rozwoju osobniczego, społeczne, środowiskowe i ekonomiczne modyfikatory rozwoju, metody oceny stanu zdrowia i sprawności fizycznej (jej komponentów) oraz objawy i przyczyny wybranych zaburzeń i zmian w zakresie niezbędnym dla nauk o kulturze fizycznej. Zna podstawowe pojęcia i mechanizmy psychospołeczne związane ze zdrowiem i jego ochroną	Dyskusja	C1
K1A_W09	P43-W03	posiada wiedzę na temat struktury i funkcji systemu edukacji, zna zasady funkcjonowania systemu szkolnictwa i sportu w Polsce i organizacji instytucji edukacyjnych wychowawczych i	Dyskusja	C2;C3

		opiekuńczych, z uwzględnieniem aspektów ekonomicznych, finansowych i prawnych		
K1A_W21	P43-W04	posiada wiedzę specjalistyczną, w szczególności w zakresie diagnozy i prognozy pedagogicznej, doboru metod, form i środków stosownie do wytyczonych celów, wieku i możliwości uczniów, oceny osiągnięć uczniów i ewaluacji procesu wychowania fizycznego	Planowanie pracy	C3;C4
K1A_W22	P43-W05	posiada wiedzę specjalistyczną w zakresie różnego rodzaju aktywności ruchowej, a w szczególności: gier i zabaw ruchowych, rytmiki i tańca, fitness, sportów indywidualnych (m.in. lekkiej atletyki, gimnastyki, pływania i ratownictwa wodnego), sportów zespołowych (m.in. piłki ręcznej, piłki siatkowej, koszykówki, piłki nożnej), sportów różnych, sportu osób niepełnosprawnych, turystyki i rekreacji	Praca pisemna	C4;C5
W zakresie umiejętności				
Symbol kierunkowego efektu kształcenia	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu kształcenia kierunkowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K1A_U07	P43-U01	potrafi wykorzystać podstawową wiedzę z zakresu pedagogiki oraz powiązanych z nią dyscyplin w celu analizowania i interpretowania problemów edukacyjnych, wychowawczych, opiekuńczych, kulturalnych i pomocowych a także motywów i wzorów ludzkich zachowań, posiada umiejętność przeprowadzenia diagnozy i prognozy pedagogicznej, formułowania operacyjnych i perspektywicznych celów wychowania fizycznego, doboru metod, form i środków stosownie do wytyczonych celów, wieku i możliwości uczniów, zachowania zasad bezpieczeństwa, aktywizowania uczniów, oceny	Planowanie pracy	C1

		osiągnięć i ewaluacji procesu wychowania fizycznego		
K1A_U14	P43-U02	potrafi uzasadnić potrzebę aktywnego stylu życia posługując się argumentami z zakresu biologicznych, humanistycznych i społecznych podstaw kultury fizycznej, określić miejsce wychowania fizycznego w edukacji, wyjaśnić mechanizmy oddziaływania środkami fizycznymi na organizm oraz środkami społecznymi na osobowość w procesie kształcenia i wychowania fizycznego	Dyskusja	C1; C2; C3
K1A_U15	P43-U03	posiada umiejętność planowania, realizacji i prowadzenia dokumentacji nauczyciela wychowania fizycznego lub instruktora sportu dotyczącej ucznia, zawodnika i instytucji oświatowej, będącej zapisem podejmowanych przez niego działań	Praca pisemna	C3;C4
K1A_U17	P43-U04	potrafi posługiwać się podstawowymi urządzeniami, sprzętem i aparaturą, stosowanymi w zawodzie nauczyciela wychowania fizycznego	Planowanie badań	C4
K1A_U20	P43-U05	potrafi wyjaśnić istotę sportu, określić specyfikę sportu dzieci i młodzieży, identyfikacji talentów sportowych, doboru środków i metod treningowych na potrzeby sportu dzieci i młodzieży, stosowania testów sprawności specjalnej i odnieść ww. umiejętności do wybranej dyscypliny sportu	Praca pisemna	C4; C5
W zakresie kompetencji społecznych				
Symbol kierunkowego efektu kształcenia	Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego efektu kształcenia kierunkowego	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
K1A_K04	P43-KS01	ma świadomość konieczności prowadzenia indywidualizowanych działań pedagogicznych (dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych) w stosunku do uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi	Dyskusja	C1 – C3
K1A_K10	P43-KS02	dostrzega i formułuje problemy etyczne związane z pracą	Dyskusja	C3 – C5

		nauczyciela wychowania fizycznego i instruktora sportu, poszukuje optymalnych rozwiązań, postępuje zgodnie z zasadami etyki, ma świadomość istnienia etycznego wymiaru diagnozowania i oceniania uczniów		
K1A_K13	P43-KS 03	wypowiada fachowe i wyważone opinie dotyczące uczniów (podopiecznych) lub grup społecznych w związku z wykonywanym zawodem nauczyciela wychowania fizycznego i instruktora sportu	Praca pisemna	C1 – C5

4. Treści programowe:		
Symbol treści programowych kształcenia	Treści programowe (2 godz. lekcyjne na jeden temat; nie wpisuje się do treści zajęć organizacyjnych oraz egzaminu i zaliczenia)	Odniesienie do efektów kształcenia-Symbol
T1	Wychowanie fizyczne, sport, kultura fizyczna – podstawowe pojęcia i definicje. Teoria sportu jako nauka i jej miejsce w naukach o kulturze fizycznej	K1A_W01 K1A_U07
T2	Specyficzne zasady treningu sportowego	K1A_W03 K1A_U07
T3	Struktura treningu sportowego	K1A_W03 K1A_K20
T4	Metody, formy, środki treningowe	K1A_W03 K1A_U07
T5	Etapy procesu treningowego – ich typowe cele i zadania	K1A_W09 K1A_U14 K1A_K20
T6	Wczesna specjalizacja sportowa – jej pozytywne i negatywne aspekty	K1A_W09 K1A_U15
T7	Zasady prowadzenia kontroli w sporcie	K1A_W21 K1A_U17 K1A_K20
T8	Energetyczne oraz informacyjne podstawy przejawiania zdolności motorycznych	K1A_W01 K1A_U15
T9	Koordynacyjne zdolności motoryczne	K1A_W22 K1A_U15 K1A_U07
T10	Siła jako kondycyjna zdolność motoryczna	K1A_W22 K1A_U07
T11	Szybkość jako kondycyjna zdolność motoryczna	K1A_W22 K1A_U07
T12	Wytrzymałość jako kondycyjna zdolność motoryczna	K1A_W22 K1A_U07
T13	Gibkość jako specyficzna zdolność do wykonywania ruchów z dużą amplitudą	K1A_W22 K1A_U07
T14	Zależności między zdolnościami motorycznymi	K1A_W22

		K1A_U18 K1A_K10
T15	Sposoby rejestracji obciążeń treningowych	K1A_W22 K1A_K10

5. Warunki zaliczenia:

(typ oceniania D – F – P)/metody oceniania/ kryteria oceny:

F - ocena wiedzy merytorycznej i umiejętności przez sprawdzenie wiedzy i umiejętności dyskusji w grupie / kartkówka, aktywność/ ocena wiedzy i umiejętności samodzielnego rozwiązywania problemów związanych z planowaniem i prowadzeniem badań sprawności fizycznej.

P - ocena poziomu nabytej wiedzy przekazywanej na wykładach i ćwiczeniach - forma : egzamin pisemny (pytania otwarte), Zaliczenie ćwiczeń i egzamin z oceną / skala ocen 2- 5/ Zaliczenie ćwiczeń i zdanie egzaminu na ocenę dostateczną wymaga przedstawienia co najmniej 50 % treści odpowiedzi na zadane pytania.

6. Metody prowadzenia zajęć:

Wykładowa, problemowa, dyskusyjna

7. Literatura (podajemy wyłącznie pozycje do przeczytania przez studentów a nie wykorzystywane przez wykładowcę)

Literatura obowiązkowa:	Literatura zalecana:
Sozański H. [1999]: Podstawy teorii treningu sportowego. Centralny Ośrodek Sportu, Biblioteka Trenera. Warszawa	Naglak Z., [1991], Metodyka trenowania sportowca. AWF Wrocław
Naglak Z. [1979]: Trening sportowy. Teoria i praktyka. PWN, Wrocław	Rynkiewicz T. [2003]: Struktura zdolności motorycznych oraz jej globalne i lokalne przejawy. Seria: Monografie Nr 354, AWF w Poznaniu.
Rynkiewicz T. [2009] Kajakarstwo klasyczne. AWF Warszawa	Zaciorski W. M. [1970]: Kształcenie cech motorycznych sportowca. Sport i Turystyka, Warszawa.
Trzaskoma Z., Trzaskoma Ł. [1999]: Kompleksowe zwiększanie siły mięśniowej sportowców. Centralny Ośrodek Sportu. Biblioteka Trenera. Warszawa	
Starosta W [2003]: Motoryczne zdolności koordynacyjne. Znaczenie, struktura, uwarunkowania, kształtowanie. MSMS, Warszawa	

8. Kalkulacja ECTS – proponowana: (na podstawie poniższego przykładu)

Forma aktywności/obciążenie studenta	Godziny na realizację	
	St. stacjonarne	St. niestacjonarne
Godziny zajęć (wg planu studiów) z wykładowcą	30	18
Praca własna studenta	10	16
Studia literaturowe	10	16
Przygotowanie prezentacji(o ile występuje)	-	-
SUMA GODZIN	50	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2	

Niniejszy dokument jest własnością WSPiA im. Mieszka I i nie może być kopiowany, przetwarzany, publikowany, przegrywany, przesyłany pocztą, przekazywany, rozpowszechniany lub dystrybuowany w inny sposób. Dokument podlega ochronie wynikającej z ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych oraz ustawie z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych.