

ANS im. Księcia Mieszka I
WYDZIAŁ NAUK MEDYCZNYCH –
KIERUNEK WYCHOWANIE FIZYCZNE
STUDIA I STOPNIA
SYLABUS PRZEDMIOTOWY

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu: TEORIA SPORTU					
1. Kod przedmiotu: 1WF-III/6-46		2. Liczba punktów ECTS:2			
3. Kierunek:	Wychowanie fizyczne z gimnastyką korekcyjno - kompensacyjną (odnową biologiczną	7. Liczba godzin:	ogółem	wykłady	ćwiczenia /inne akt.
4. Specjalność:	Nauczycielska	8. Studia stacjonarne:			
5. Rok studiów	III	9. Studia niestacjonarne:	24	12	12
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:
Student winien posiadać wiedzę o prawidłowościach rozwoju somatycznego, motorycznego i psychicznego dzieci i młodzieży
Student powinien posiadać wiedzę o prawidłowościach funkcjonowania podstawowych układów w

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

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

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

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

3. Efekty uczenia się wybrane dla przedmiotu (kierunkowe, specjalnościowe, specjalizacyjne):

W zakresie wiedzy				
Symbol kierunkowego efektu uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego kierunkowego efektu uczenia się (Po zakończeniu przedmiotu dla potwierdzenia osiągnięcia efektów uczenia się student:)	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
B.1.W2. K1A_W01	P46_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
B.1.W2.SN K1A_W03	P46_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
B.2.W2.SN C.W3.SN C.W4.SN K1A_W09	P46_W03	Posiada wiedzę na temat struktury i funkcji systemu edukacji, zna zasady funkcjonowania systemu szkolnictwa i sportu w Polsce i organizacji instytucji edukacyjnych wychowawczych	Dyskusja	C2;C3

		i opiekuńczych, z uwzględnieniem aspektów ekonomicznych, finansowych i prawnych		
B.1.W4.SN C.W6.SN D.1/E.1.W10 K1A_W12	P46_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
O.W15 K1A_W14	P46_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 uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego kierunkowego efektu uczenia się	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
B.1.U(1-6).SN B.2.U6.SN C.U6.SN K1A_U03	P46_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		
B.2.U7.SN D.1/E.1.W15.SN K1A_U06	P46_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_U07	P46_U04	Potrafi posługiwać się podstawowymi urządzeniami, sprzętem i aparaturą, stosowanymi w zawodzie nauczyciela wychowania fizycznego	Planowanie badań	C4
B.1.U8.SN K1A_U02 K1A_U08	P46_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, potrafi pozyskiwać i przechowywać dane oraz dokonywać poprawnej ich interpretacji	Praca pisemna	C3; C4
K1A_U10	P46_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 uczenia się	Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Opis zmodyfikowanego dla przedmiotu założonego kierunkowego efektu uczenia się	Sposób weryfikacji efektu	Symbol postawionego celu/ów
O.K1 B.1.K1.SN K1A_K03	P46_KS01	Wykazuje cechy „refleksyjnego praktyka”, ma świadomość konieczności prowadzenia indywidualizowanych działań	Dyskusja	C1 – C3

		pedagogicznych (dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych), ma świadomość znaczenia profesjonalizmu, refleksji na tematy etyczne i przestrzeganie zasad etyki zawodowej		
O.K2 D.1/E.1.K6.SN K1A_K07	P46_KS02	Dostrzega i formułuje problemy etyczne związane z pracą nauczyciela wychowania fizycznego i instruktora sportu, poszukuje optymalnych rozwiązań, postępuje zgodnie z zasadami etyki, ma świadomość istnienia etycznego wymiaru diagnozowania i oceniania uczniów	Dyskusja	C3 – C5
B.1.K2.SN B.2.K4.SN D.1/E.1.K9.SN K1A_K10	P46_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	Odniesienie do efektów uczenia się - symbol
T1	Wychowanie fizyczne, sport, kultura fizyczna – podstawowe pojęcia i definicje. Teoria sportu jako nauka i jej miejsce w naukach o kulturze fizycznej	B.1.W2, K1A_W01, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T2	Specyficzne zasady treningu sportowego	B.1.W2.SN, K1A_W03, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T3	Struktura treningu sportowego	B.1.W2.SN, K1A_W03, B.1.K2.SN, B.2.K4.SN, D.1/E.1.K9.SN, K1A_K10
T4	Metody, formy, środki treningowe	B.1.W2.SN, K1A_W03, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T5	Etapy procesu treningowego – ich typowe cele i zadania	B.2.W2.SN, C.W3.SN, C.W4.SN, K1A_W09,

		B.2.U7.SN, D.1/E.1.W15.SN, K1A_U06, K1A_K10
T6	Wczesna specjalizacja sportowa – jej pozytywne i negatywne aspekty	B.2.W2.SN, C.W3.SN, C.W4.SN, K1A_W09, B.1.U8.SN, K1A_U02, K1A_U08
T7	Zasady prowadzenia kontroli w sporcie	B.1.W4.SN, C.W6.SN, D.1/E.1.W10.SN, K1A_W12, K1A_U07, B.1.K2.SN, B.2.K4.SN, D.1/E.1.K9.SN, K1A_K10
T8	Energetyczne oraz informacyjne podstawy przejawiania zdolności motorycznych	K1A_W01, B.1.U8.SN, K1A_U02, K1A_U08
T9	Koordynacyjne zdolności motoryczne	K1A_W14, B.1.U8.SN, K1A_U02, K1A_U08, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T10	Siła jako kondycyjna zdolność motoryczna	K1A_W14, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T11	Szybkość jako kondycyjna zdolność motoryczna	K1A_W14, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T12	Wytrzymałość jako kondycyjna zdolność motoryczna	K1A_W14, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T13	Gibkość jako specyficzna zdolność do wykonywania ruchów z dużą amplitudą	K1A_W14, B.1.U(1-6).SN, B.2.U6.SN, C.U6.SN, K1A_U03
T14	Zależności między zdolnościami motorycznymi	K1A_W14, B.2.U7.SN, D.1/E.1.W15.SN, K1A_U06, K1A_U10, D.1/E.1.K6.SN, K1A_K07
T15	Sposoby rejestracji obciążeń treningowych	K1A_W14, D.1/E.1.K6.SN, K1A_K07

5. Warunki zaliczenia: (typ oceniania D – F – P)/metody oceniania/ kryteria oceny:
<p>ocena wiedzy merytorycznej i umiejętności przez sprawdzenie wiedzy i umiejętności dyskusji w grupie /aktywność/ ocena wiedzy i umiejętności samodzielnego rozwiązywania problemów związanych z planowaniem i prowadzeniem badań sprawności fizycznej.</p> <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.</p>

6. Metody prowadzenia zajęć:
Wykładowa, problemowa, dyskusyjna

7. Literatura (podajemy wyłącznie pozycje do przeczytania przez studentów a <u>nie</u> 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.
Trzaskoma Z., Trzaskoma Ł. [1999]: Kompleksowe zwiększanie siły mięśniowej sportowców. Centralny Ośrodek Sportu. Biblioteka Trenera. Warszawa	Zaciorski W. M. [1970]: Kształcenie cech motorycznych sportowca. Sport i Turystyka, Warszawa.
Starosta W [2003]: Motoryczne zdolności koordynacyjne. Znaczenie, struktura, uwarunkowania, kształtowanie. MSMS, Warszawa	Rynkiewicz T. [2009] Kajakarstwo klasyczne. AWF 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		24
Praca własna studenta		26
SUMA GODZIN		50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA	2	

Niniejszy dokument jest własnością ANS im. Księcia 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.