

# AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

## KARTA PRZEDMIOTU

*obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016*

Wydział Turystyki i Rekreacji

Kierunek studiów: Turystyka i Rekreacja

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 812

Stopień studiów: I

Specjalności: Rekreacja ruchowa

### 1 PRZEDMIOT

|                                         |                             |
|-----------------------------------------|-----------------------------|
| NAZWA PRZEDMIOTU                        | Specjalizacja instruktorska |
| NAZWA PRZEDMIOTU<br>W JĘZYKU ANGIELSKIM | Instructor Specialisation   |
| KOD PRZEDMIOTU                          | TIR812 ANA28                |
| KATEGORIA PRZEDMIOTU                    | Przedmioty ogólne           |
| LICZBA PUNKTÓW ECTS                     | 7.00                        |
| JĘZYK WYKŁADOWY                         | polski                      |
| SEMESTRY                                | 3 4 5 6                     |

### 2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

| SEMESTR | WYKŁAD | ĆWICZENIA | SEMINARIUM | INNE | — |
|---------|--------|-----------|------------|------|---|
| 3       | 0      | 10        | 0          | 0    | 0 |
| 4       | 0      | 20        | 0          | 0    | 0 |
| 5       | 0      | 30        | 0          | 0    | 0 |
| 6       | 0      | 30        | 0          | 0    | 0 |



### 3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 W trakcie specjalizacji student zdobywa umiejętność samodzielnego planowania i prowadzenia zajęć w zakresie danej specjalizacji, dostosowanych do potrzeb osób w różnym wieku.
- Cel2 Student potrafi ustalić obciążenia wysiłkowe, kontrolować je przy pomocy dostępnej aparatury.

### 4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Ogólne wiadomości dotyczące biologicznego i ruchowego rozwoju człowieka, podstawy fizjologii człowieka.

### 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Student wykonuje zadania ruchowe w ramach specjalności.
- EK2 Wiedza: Student planuje i przeprowadza zajęcia, dobiera ich formę do potrzeb i możliwości grupy. Komunikuje się z grupą.
- EK3 Wiedza: Student posługuje się specjalistycznym sprzętem, charakterystycznym dla danej dyscypliny sportowej.
- EK4 Kompetencje społeczne: Student wykazuje dbałość o poziom sprawności fizycznej, doskonali swoje umiejętności.

### 6 TREŚCI PROGRAMOWE

#### ĆWICZENIA

| LP | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | LICZBA GODZIN |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| C1 | Wprowadzenie do zajęć ze specjalizacji instruktorskiej. Historia. Informacja o bezpieczeństwie podczas zajęć. Ogólne założenia treningu. Demonstracja i objaśnienie technik wykonywania zadań ruchowych charakterystycznych dla danej specjalizacji. Metodyka prowadzenia zajęć. Przykłady ćwiczeń pomagających doskonalić technikę. Doskonalenie techniki. Gry i zabawy rekreacyjne w ramach specjalizacji. Kontrolowanie intensywności wysiłku. Samodzielne prowadzenie zajęć przez studentów. | 90            |
|    | RAZEM                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 90            |

### 7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Pokaz
- M2 Objaśnienie słowne
- M3 Ćwiczenia praktyczne



## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

| FORMA AKTYWNOŚCI                                                                                 | ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>                                     |                                                   |
| Godziny wynikające z planu studiów                                                               | 90                                                |
| Konsultacje przedmiotowe                                                                         | 0                                                 |
| Egzaminy i zaliczenia w sesji                                                                    | 3                                                 |
| Inne                                                                                             |                                                   |
| <b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b> |                                                   |
| Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury                               | 30                                                |
| Opracowanie wyników                                                                              | 0                                                 |
| Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji                                           | 0                                                 |
| przygotowanie do samodzielnego przeprowadzenia zajęć                                             | 50                                                |
| <b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>        | <b>175</b>                                        |
| <b>SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU</b>                                             | <b>7</b>                                          |

## 9 METODY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

|    |                      |
|----|----------------------|
| F1 | Ćwiczenie praktyczne |
| F2 | Odpowiedź ustna      |

### OCENA PODSUMOWUJĄCA

|    |                    |
|----|--------------------|
| P1 | Egzamin praktyczny |
|----|--------------------|

### WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

|   |                                                                                                                                                            |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Student uzyskuje zaliczenie po zaprezentowaniu wystarczających umiejętności ruchowych i wykazaniu się wiedzą dotyczącą metodyki nauczania zadań ruchowych. |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### KRYTERIA OCENY

|                     |                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EFEKT KSZTAŁCENIA 1 |                                                                                                                                                                                                              |
| NA OCENĘ 3          | Student wykonuje podstawowe zadania ruchowe.                                                                                                                                                                 |
| NA OCENĘ 4          | Student sprawnie wykonuje większość zadań ruchowych.                                                                                                                                                         |
| NA OCENĘ 5          | Student wykazuje się sprawnością wykonania wszystkich zadań ruchowych.                                                                                                                                       |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 2 |                                                                                                                                                                                                              |
| NA OCENĘ 3          | Student potrafi zaplanować zajęcia dla osób o różnych potrzebach, podczas ich przeprowadzania pojawiają się błędy.                                                                                           |
| NA OCENĘ 4          | Student potrafi zaplanować zajęcia dla osób o różnych potrzebach, sprawnie je przeprowadza.                                                                                                                  |
| NA OCENĘ 5          | Student dobiera formy zajęć do potrzeb grupy, potrafi zmobilizować grupę do prawidłowego wykonywania ćwiczeń, zwraca uwagę na reakcje uczestników podczas zajęć i w razie konieczności modyfikuje ćwiczenia. |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 3 |                                                                                                                                                                                                              |
| NA OCENĘ 3          | Student wykorzystuje większość dostępnego sprzętu, pojawiają się jeszcze problemy z pełną jego obsługą.                                                                                                      |
| NA OCENĘ 4          | Student sprawnie korzysta z dostępnego sprzętu.                                                                                                                                                              |
| NA OCENĘ 5          | Student sprawnie korzysta z dostępnego sprzętu, chętnie pomaga innym, którzy jeszcze nie nabyli tych umiejętności.                                                                                           |



| EFEKT KSZTAŁCENIA 4 |                                                                                                                                                                                 |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NA OCENĘ 3          | Student prezentuje dostateczny poziom sprawności fizycznej, nieznacznie wyższy niż przy rozpoczynaniu zajęć ze specjalizacji. Jego umiejętności też są większe, ale przeciętne. |
| NA OCENĘ 4          | Student prezentuje dobry poziom sprawności fizycznej, większe umiejętności w zakresie danej dyscypliny sportowej.                                                               |
| NA OCENĘ 5          | Student prezentuje wysoki poziom sprawności fizycznej, cały czas doskonali swoje umiejętności, dba o regularną aktywność fizyczną, nie tylko na zajęciach ze specjalizacji.     |

## 10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

| EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU | ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH | CELE PRZEDMIOTU | TREŚCI PROGRAMOWE | METODY DYDAKTYCZNE | SPOSOBY OCENY |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------|-------------------|--------------------|---------------|
| EK1                               | K_U01                               | Cel1            | C1                |                    | F1 P1         |
| EK2                               | K_U03, K_U05, K_U14                 | Cel1 Cel2       | C1                |                    | F1 P1         |
| EK3                               | K_U01, K_U02                        | Cel2            | C1                |                    | F2 F1 P1      |
| EK4                               | K_K10                               | Cel1            | C1                |                    | F1 P1         |

## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Literatura dobrana do każdej specjalizacji. — *Do ustalenia przez prowadzących.*, Kraków, 2000, AWF

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Literatura uzupełniająca podana przez osoby prowadzące. — *W zależności od wybranej specjalizacji instruktorskiej.*, Kraków, 2000, AWF

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Anna Tyka (kontakt: [anna.tyka@awf.krakow.pl](mailto:anna.tyka@awf.krakow.pl))

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Zofia Pelc (kontakt: [zofia.pelc@awf.krakow.pl](mailto:zofia.pelc@awf.krakow.pl))

dr Anna Tyka (kontakt: [anna.tyka@awf.krakow.pl](mailto:anna.tyka@awf.krakow.pl))

## 13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik)

(dziekan)



**PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI** (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....

.....