

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2013/2014

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Odnowa Biologiczna

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Teoria sportu dzieci i młodzieży
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Theory of Sport for Children and the Youth
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ANC31
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty kierunkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	6

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
6	8	16	0	0	0

3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Student rozumie podstawowe pojęcia oraz zna zasady prowadzenia zajęć sportowych oraz przeprowadzania zajęć sportowych
- Cel2 Student potrafi formułować cele szkoleniowe w sporcie dzieci i młodzieży
- Cel3 Student zna zdrowotne i rozwojowe aspekty uczestnictwa dzieci i młodzieży w zajęciach o charakterze sportowym
- Cel4 Student zna podstawowe elementy systemu szkolenia sportowego, jego periodyzację oraz metody kształtowania podstawowych cech motorycznych, techniki i taktyki
- Cel5 Posiada wiedzę pozwalającą na diagnozę oraz kontrolę sprawności fizycznej oraz umiejętności technicznych i taktycznych u dzieci i młodzieży z uwzględnieniem specyfiki rozwoju ontogenetycznego

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 anatomia układu ruchu
- 2 wiedza z zakresu biomechaniki, antropomotoryki, metodyki WF i pedagogiki
- 3 fizjologia i biochemia wysiłku fizycznego

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Zna metody diagnozowania stanów przeciążenia organizmu ćwiczeniami fizycznymi i ich wpływ na organizm. Rozumie znaczenie odnowy biologicznej w profilaktyce zdrowotnej i w sporcie, zna podstawowe zabiegi i zasady stosowane w odnowie biologicznej
- EK2 Wiedza: Posiada zasób pojęć i ma podstawową wiedzę na temat teorii i metodyki sportu, ze szczególnym uwzględnieniem sportu dzieci i młodzieży
- EK3 Wiedza: Potrafi zmierzyć podstawowe parametry kinematyczne i dynamiczne, służące do oceny stanu funkcjonalnego układu ruchu człowieka, posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej.
- EK4 Wiedza: Potrafi dokonywać diagnozy rozwoju somatycznego i motorycznego z uwzględnieniem aktualnych standardów rozwoju. potrafi dokonywać pomiaru podstawowych wskaźników strukturalnej i morfologicznej budowy ciała oraz wskaźników fizjologicznych
- EK5 Wiedza: Posiada umiejętność diagnozowania i doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, potrafi identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce. Potrafi planować, projektować i prowadzić skuteczne działania zapobiegające powstawaniu, pogłębianiu się wad postawy, programować postępowanie korekcyjne reedukacji posturalnej w poszczególnych rodzajach wad
- EK6 Wiedza: Potrafi prowadzić dokumentację zajęć dydaktycznych i pracy wychowawczej oraz dokumentację związaną z organizacją i sędziowaniem zawodów sportowych, katalogować i przeliczać na punkty wyniki sportowe w różnych dyscyplinach
- EK7 Kompetencje społeczne: Okazuje szacunek wobec wychowanka i troskę o jego dobro, będąc z nim w relacjach, dokonując oceny i formułując opinie na jego temat, ujawnia wrażliwość etyczną, empatię, otwartość, refleksyjność, postawy prospołeczne i odpowiedzialność
- EK8 Kompetencje społeczne: Potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy związane z pełnieniem roli zawodowej kierując się zasadami etycznymi, ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności zawodowych, nie podejmuje działań, które przekraczają jego możliwości i kompetencje, wie, kiedy zwrócić się do ekspertów
- EK9 Kompetencje społeczne: Ma przekonanie o sensie, wartości i potrzebie podejmowania działań edukacyjnych, zachowywania się w sposób profesjonalny; odpowiedzialnie przygotowuje się do zajęć, jest gotowy do podejmowania wyzwań zawodowych

6 TREŚCI PROGRAMOWE



WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Miejsce teorii sportu w naukach o kulturze fizycznej	1
W2	Biologiczne i metodyczne uwarunkowania doboru, selekcji w procesie treningu dzieci i młodzieży	1
W3	Klasyfikacja obciążeń treningowych - metody i zakres zastosowania w praktyce szkolenia sportowego	1
W4	Kontrola procesu treningu sportowego - założenia teoretyczne, implikacje praktyczne	1
W5	Trening w zmiennych warunkach środowiska zewnętrznego. Doping w sporcie	1
W6	Sport dla wszystkich założenia teoretyczne i rozwiązania praktyczne	1
W7	Badania naukowe, a optymalizacja procesu treningu sportowego	1
W8	Zawody sportowe i systemy rozgrywek	1
	RAZEM	8

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Dobór i selekcja w sporcie dzieci i młodzieży, dyscypliny indywidualne, gry zespołowe	2
Ć2	Etapy szkolenia sportowego	1
Ć3	Środki i metody kształtowania szybkości	1
Ć4	Środki i metody kształtowania siły	1
Ć5	Środki i metody kształtowania wytrzymałości	1
Ć6	Środki i metody kształtowania skoczności, gibkości, koordynacji	1
Ć7	Obciążenia treningowe, parametry, metody oceny, kryteria doboru	1
Ć8	Technika ćwiczeń sportowych. Wybór techniki i metodyka nauczania w sporcie dzieci i młodzieży	1
Ć9	Taktyka sportowa. Wybór techniki i metodyka nauczania w sporcie dzieci i młodzieży	1
Ć10	Budowa jednostki treningowej	1
Ć11	Struktura czasowa w sporcie dzieci i młodzieży z uwzględnieniem organizacji roku szkolnego	2
Ć12	Rola trenera i nauczyciela wychowania fizycznego w kształtowaniu potrzeb czynnego udziału w różnych formach aktywności fizycznej	1
Ć13	Organizacyjne i prawne uwarunkowania sportu dzieci i młodzieży	1
Ć14	Charakterystyka i organizacja zawodów sportowych	1
	RAZEM	16

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Wykłady
- M2 Prezentacje multimedialne
- M3 Dyskusja



8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	24
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	60
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	11
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Odpowiedź ustna
F2	Referat

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin pisemny
----	-----------------

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Zna metody diagnozowania stanów przeciążenia organizmu ćwiczeniami fizycznymi i ich wpływ na organizm
NA OCENĘ 4	Zna i umie posługiwać się metodami diagnozowania stanów przeciążenia organizmu ćwiczeniami fizycznymi i rozumie ich wpływ na organizm
NA OCENĘ 5	Zna szeroki zakres i biegle posługuje się metodami diagnozowania stanów przeciążenia organizmu ćwiczeniami fizycznymi i rozumie ich wpływ na organizm oraz etiologię powstawania stanów przeciążeniowych
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Posiada podstawowy zasób pojęć z zakresu teorii i metodyki sportu, ze szczególnym uwzględnieniem sportu dzieci i młodzieży
NA OCENĘ 4	Posiada dobry zasób pojęć z zakresu teorii i metodyki sportu, ze szczególnym uwzględnieniem sportu dzieci i młodzieży
NA OCENĘ 5	Posiada szeroki zasób pojęć z zakresu teorii i metodyki sportu, ze szczególnym uwzględnieniem sportu dzieci i młodzieży
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Potrafi w stopniu podstawowym zmierzyć podstawowe parametry kinematyczne i dynamiczne, służące do oceny stanu funkcjonalnego układu ruchu człowieka, posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej
NA OCENĘ 4	Potrafi w stopniu dobrym zmierzyć podstawowe parametry kinematyczne i dynamiczne, służące do oceny stanu funkcjonalnego układu ruchu człowieka, posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej



NA OCENĘ 5	Potrafi w stopniu bardzo dobrym zmierzyć podstawowe parametry kinematyczne i dynamiczne, służące do oceny stanu funkcjonalnego układu ruchu człowieka, posiada umiejętność testowania podstawowych komponentów sprawności fizycznej
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	Potrafi w stopniu dostatecznym dokonywać diagnozy rozwoju somatycznego i motorycznego z uwzględnieniem aktualnych standardów rozwoju
NA OCENĘ 4	Potrafi w stopniu dobrym dokonywać diagnozy rozwoju somatycznego i motorycznego z uwzględnieniem aktualnych standardów rozwoju
NA OCENĘ 5	Potrafi w stopniu bardzo dobrym dokonywać diagnozy rozwoju somatycznego i motorycznego z uwzględnieniem aktualnych standardów rozwoju
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	W stopniu dostatecznym diagnozuje i dobiera odpowiednią aktywność fizyczną do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, potrafi identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce
NA OCENĘ 4	W stopniu dobrym diagnozuje i dobiera odpowiednią aktywność fizyczną do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, potrafi identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce
NA OCENĘ 5	W stopniu bardzo dobrym diagnozuje i dobiera odpowiednią aktywność fizyczną do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej, potrafi identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce
EFEKT KSZTAŁCENIA 6	
NA OCENĘ 3	Potrafi w stopniu podstawowym prowadzić dokumentację zajęć dydaktycznych i pracy wychowawczej oraz dokumentację związaną z organizacją i sędziowaniem zawodów sportowych, katalogować i przeliczać na punkty wyniki sportowe w różnych dyscyplinach
NA OCENĘ 4	Potrafi w stopniu dobrym prowadzić dokumentację zajęć dydaktycznych i pracy wychowawczej oraz dokumentację związaną z organizacją i sędziowaniem zawodów sportowych, katalogować i przeliczać na punkty wyniki sportowe w różnych dyscyplinach
NA OCENĘ 5	Potrafi w stopniu bardzo dobrym prowadzić dokumentację zajęć dydaktycznych i pracy wychowawczej oraz dokumentację związaną z organizacją i sędziowaniem zawodów sportowych, katalogować i przeliczać na punkty wyniki sportowe w różnych dyscyplinach
EFEKT KSZTAŁCENIA 7	
NA OCENĘ 3	W programowaniu zajęć, cechuje studenta troska o dobro wychowanka zachowuje się etycznie, rozumie problem doping w sporcie, posiada umiejętność przekazu wiedzy o jego negatywnym wpływie na organizm sportowca
NA OCENĘ 4	W programowaniu zajęć, cechuje studenta wysoka troska o dobro wychowanka zachowuje się etycznie, dobrze rozumie problem doping w sporcie, posiada umiejętność przekazu wiedzy o jego negatywnym wpływie na organizm sportowca
NA OCENĘ 5	W programowaniu zajęć, cechuje studenta bardzo wysoka troska o dobro wychowanka zachowuje się etycznie, bardzo dobrze rozumie problem doping w sporcie, posiada umiejętność przekazu wiedzy o jego negatywnym wpływie na organizm sportowca
EFEKT KSZTAŁCENIA 8	
NA OCENĘ 3	Potrafi korzystać z podanej literatury w procesie samodoskonalenia, odpowiedzialnie przygotowuje się do zajęć, jest gotowy do podejmowania wyzwań zawodowych
NA OCENĘ 4	Potrafi dokonać wyboru literatury w procesie samodoskonalenia, i poszukiwania odpowiedzi na postawione pytania, odpowiedzialnie przygotowuje się do zajęć, jest gotowy do podejmowania wyzwań zawodowych
NA OCENĘ 5	Potrafi dokonać wyboru literatury w procesie samodoskonalenia, stawiać pytania w toku analizy problemu, samodzielnie dochodzić do odpowiedzi na postawione pytania, odpowiedzialnie przygotowuje się do zajęć, jest gotowy do podejmowania wyzwań zawodowych
EFEKT KSZTAŁCENIA 9	

NA OCENĘ 3	Potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy związane z pełnieniem roli zawodowej kierując się zasadami etycznymi, ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności zawodowych, nie podejmuje działań, które przekraczają jego możliwości i kompetencje, wie, kiedy zwrócić się do ekspertów
NA OCENĘ 4	Jest kreatywny w rozwiązywaniu najczęstszych problemów związanych z pełnieniem roli zawodowej kierując się zasadami etycznymi, ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności zawodowych, nie podejmuje działań, które przekraczają jego możliwości i kompetencje, wie, kiedy zwrócić się do ekspertów
NA OCENĘ 5	Jest kreatywny w rozwiązywaniu najczęstszych problemów związanych z pełnieniem roli zawodowej kierując się zasadami etycznymi, ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności zawodowych, nie podejmuje działań, które przekraczają jego możliwości i kompetencje, proponuje drogi rozwiązania problemu przedstawiając propozycje ekspertom

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W11, K_W12	Cel1 Cel2	W2 Ć5 Ć7	M1 M2 M3	F1 P1
EK2	K_W18	Cel2 Cel4 Cel5	W1 W3 W5 Ć1 Ć2 Ć10 Ć11 Ć13	M1 M2 M3	F1 F2 P1
EK3	K_U02	Cel5	W3 W4 W5	M1 M2 M3	F1 F2 P1
EK4	K_U01, K_U05	Cel3 Cel5	W2 W4	M1 M2 M3	F1 F2 P1
EK5	K_U06, K_U17	Cel1 Cel2 Cel4	W1 W2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć8	M1 M2 M3	F1 F2 P1
EK6	K_U12	Cel1 Cel4	W6 W8 Ć14	M1 M2 M3	F1 F2
EK7	K_K02	Cel1 Cel2	W5 W6 Ć2 Ć12	M1 M2 M3	F2
EK8	K_K05	Cel1 Cel2 Cel5	W5 W6 Ć12	M1 M2	F1 P1
EK9	K_K09	Cel1 Cel3 Cel5	W6 W7	M1 M2 M3	F1 F2 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Sozański H. — *Podstawy teorii treningu sportowego*, Warszawa, 1999, COS
- 2 Gabrys T. i wsp. — *Biomedyczne podstawy treningu sportowego dzieci i młodzieży*, Warszawa, 2004, COS
- 3 Ljach W. — *Kształtowanie zdolności motorycznych dzieci i młodzieży*, Warszawa, 2003, COS

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Kasa J., Gabrys T. i wsp. — *Wstęp do antropomotoryki sportu dla wszystkich z elementami teorii treningu sportowego*, Warszawa-Oświęcim, 2012, PWSZ Oświęcim-4SportLab
- 2 Ambroży T. — *Wprowadzenie do teorii sportu*, Bielsko Biała, 2007, Dla Szkoły
- 3 Raczek J. — *Podstawy szkolenia sportowego dzieci i młodzieży*, Warszawa, 1991, RCMSzKFIS



12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr hab. prof. nadzw. Tomasz Gabryś (kontakt: sportstudent@tlen.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Marian Fiedor (kontakt: marianfiedor@interia.eu)

dr hab. prof. nadzw. Tomasz Gabryś (kontakt: sportstudent@tlen.pl)

mgr Marcelina Nowakowska

prof. dr hab. Stanisław Sterkowicz (kontakt: wtsterko@cyf-kr.edu.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik)

(dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....
.....
.....