*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 12/2019*

**SYLABUS**

dotyczy cyklu kształcenia *2020/21-2022/23*

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2022/23

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Dyscypliny rekreacyjne (do wyboru): ringo, frisbee, boole, nordick walking |
| Kod przedmiotu\* |  |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek | Kolegium Nauk Medycznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej |
| Kierunek studiów | Wychowanie Fizyczne |
| Poziom studiów | studia pierwszego stopnia |
| Profil | ogólnoakademicki |
| Forma studiów | niestacjonarny |
| Rok i semestr/y studiów | 3 rok, V i VI semestr |
| Rodzaj przedmiotu | Kierunkowy do wyboru |
| Język wykładowy | Polski |
| Koordynator | dr Jarosław Herbert |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Jarosław Herbert |

\* *-opcjonalni*e, *zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | **Liczba pkt. ECTS** |
| V |  | 8 |  |  |  |  |  |  | 1 |
| VI |  | 8 |  |  |  |  |  |  | 1 |
| **Razem** |  | **15** |  |  |  |  |  |  | **2** |

1.2. Sposób realizacji zajęć

X zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

Ćwiczenia – zaliczenie na ocenę

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Podstawowa wiedza i umiejętności w ramach przedmiotu: Zabawy i gry ruchowe z metodyką, sporty zespołowe. |

3. cele, efekty uczenia się , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Poznanie przepisów wybranych dyscyplin rekreacyjnych. |
| C2 | Kształcenie umiejętności technicznych i motorycznych wybranych dyscyplin rekreacyjnych. |
| C3 | Możliwość zastosowania w praktyce w/w umiejętności i wiadomości. |

**3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu | Odniesienie do efektów kierunkowych [[1]](#footnote-1) |
| E K01 | Student zna w zaawansowanym stopniu wybrane fakty i zjawiska oraz podstawowe metody i teorie wyjaśniające zależności między nimi, stanowiące podstawową wiedzę z zakresu ringo, frisbee, boole, nordick walking. | K\_W08 |
| E K02 | Student zna przepisy zespołowych gier sportowych i rekreacyjnych oraz wybranych sportów indywidualnych.  Student zna i rozumie metodykę realizacji poszczególnych treści kształcenia w obrębie przedmiotu, dostosowuje oddziaływanie do potrzeb i możliwości uczniów o różnym potencjale i stylu uczenia się.  **SKN/WF1/W6** | K\_W17 |
| E K03 | Student wie, jak prawidłowo jest zbudowany tok lekcyjny.  Student zna i rozumie wykorzystanie w procesie wychowania fizycznego środków dydaktycznych, w tym przyborów, sprzętu i urządzeń sportowych, zastosowanie aplikacji internetowych do pomiaru indywidualnej aktywności fizycznej.  **SKN/WF1/W8** | K\_W18 |
| E K04 | Student dobiera odpowiednie metody, formy i środki kształtowania aktywności i sprawności fizycznej w wybranych dyscyplinach rekreacyjnych: z zakresu ringo, frisbee, boole, nordick walking.  Student potrafi rozpoznać typowe dla nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć błędy uczniowskie i wykorzystać je w procesie dydaktycznym.  **SKN/WF1/U10** | K\_U04 |
| E K05 | Student potrafi demonstrować elementy techniki indywidualnej wybranych form aktywności fizycznej; | K\_U07 |
| E K06 | Student potrafi dostosować proces wychowania fizycznego do rzeczywistych potrzeb rozwojowo-zdrowotnych dzieci i młodzieży; | K\_U11 |
| E K07 | Student potrafi przygotować miejsce do aktywności fizycznej. | K\_U12 |
| E K08 | Student potrafi opracować roczny szczegółowy plan pracy dydaktyczno-wychowawczej z wychowania fizycznego dla wybranej klasy;  Student potrafi identyfikować typowe ćwiczenia i zadania ruchowe z wymaganiami programu nauczania wychowania fizycznego w szkole podstawowej oraz rozwijać kompetencje kluczowe w procesie wychowania fizycznego na etapie szkoły podstawowej;  **SKN/WF1/U01** | K\_U15 |
| E K09 | Student potrafi napisać konspekt lekcji wychowania fizycznego lub jednostki treningowej do wybranego rodzaju zajęć: z zakresu ringo, frisbee, boole, nordick walking. | K\_U17 |
| E K10 | Student potrafi zorganizować zawody sportowe szkolne i środowiskowe;  Student potrafi konstruować narzędzia (sprawdziany i testy) do kontroli i oceny nauczanych umiejętności ruchowych z zakresu ringo, frisbee, boole, nordick walking.  **SKN/WF1/U09** | K\_U21 |
| E K11 | Student potrafi właściwie komunikować się z klasą, grupą ćwiczebną lub treningową w procesie wychowania fizycznego; | K\_U25 |
| E K12 | Student promuje zdrowy styl życia i aktywność fizyczną w środowisku szkolnym.  Student jest gotów do kształtowania umiejętności współpracy uczniów w grupach, drużynach i zastępach ćwiczebnych;  **SKN/WF1/K05**  Student jest gotów do rozwijania u uczniów ciekawości, aktywności i samodzielności oraz logicznego i krytycznego myślenia w odniesieniu do różnorodnych indywidualnych i zespołowych form aktywności fizycznej takich jak: ringo, frisbee, boole, nordick walking.  **SKN/WF1/K07** | K\_K04 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |

1. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Opanowanie techniki podstawowej oraz techniki klasycznej w ringo/ frisbee/boole/nordick walking |
| Podstawy nauczania i doskonalenia poszczególnych technik w ringo/ frisbee/boole/nordick walking |
| Dobór techniki i tempa do poziomu sprawności ćwiczących w ringo/ frisbee/boole/nordick walking |
| Doskonalenie metodyki nauczania oraz organizacji zajęć w ringo/ frisbee/boole/nordick walking |

3.4 Metody dydaktyczne

Pokaz oraz ćwiczenia przedmiotowe.

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia sie  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| EK01 | Kolokwium. | Ćw |
| EK02 | Kolokwium. | Ćw |
| EK03 | Kolokwium. | Ćw |
| EK04 | Obserwacja w trakcie zajęć, kolokwium. | Ćw |
| EK05 | Obserwacja w trakcie zajęć | Ćw |
| EK6-7 | Kolokwium. | Ćw |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Ćwiczenia - ocena z zaliczenia  50% ocena aktywności na zajęciach (prawidłowe wykonywanie ćwiczeń) oraz 50% ocena z kolokwium.  Punkty uzyskane za kolokwium oraz punkty uzyskane za aktywność na zajęciach są przeliczane na procenty, którym odpowiadają oceny:  - do 50% - niedostateczny,  - 51% - 60% - dostateczny,  - 61% - 70% - dostateczny plus,  - 71% - 80% - dobry,  - 81% - 90% - dobry plus,  - 91% - 100% - bardzo dobry. |

**5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS**

|  |  |
| --- | --- |
| **Forma aktywności** | **Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności** |
| Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów | 16 godz. |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | 10 godz. - udział w konsultacjach. |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta  (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 14 godz. - przygotowanie do zajęć.  10 godz. - przygotowanie do kolokwium. |
| SUMA GODZIN | 50 godz. |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 2 |

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

|  |  |
| --- | --- |
| wymiar godzinowy |  |
| zasady i formy odbywania praktyk |  |

7. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:   1. Starosta W. Wangrym M. ABC polskiej gry w ringo, Metodyka nauczania techniki i taktyki, Warszawa 2012, 2. Parinella J. Zaslow E., Ultimate technika i taktyka, wyd. Maurycy Szpak, 2000 3. Jotan A, Gry Rekreacyjne TKKF ZG, 1999, Warszawa. 4. Matuszkowiak A. ,,Nordic Walking – spacer po zdrowie’’. Lider, nr 1, 2006. 5. Schaufle B. „Nordic Walking“, Wyd. Interspar., Tomaszów Maz., 2007. |
| Literatura uzupełniająca:   1. www. <http://frisbee.pl/utlimate/> 2. http://www.petanque.pl/asp/pl\_start.asp?typ=14&sub=2&menu=81&strona=1 |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

1. W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela. [↑](#footnote-ref-1)