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

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia** *2020/21*; *2021/22*; 2022/2023

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2020/2021; 2021/22;2022/23

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu/ modułu | Lekkoatletyka z metodyką |
| Kod przedmiotu/ modułu\* |  |
| Wydział (nazwa jednostki prowadzącej kierunek) | Kolegium Nauk Medycznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej |
| Kierunek studiów | Wychowanie Fizyczne |
| Poziom kształcenia | Studia pierwszego stopnia |
| Profil | Ogólnoakademicki |
| Forma studiów | niestacjonarne |
| Rok i semestr studiów | 1 rok, sem. II, 2 rok, sem. IV, 3 rok, sem. VI |
| Rodzaj przedmiotu | Sporty indywidulne |
| Koordynator | dr Lesław Lassota |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Lesław Lassota, mgr Edyta Nizioł – Babiarz, mgr Matylda Kowal |

\* *- zgodnie z ustaleniami na wydziale*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | **Liczba pkt. ECTS** |
| 2 | - | 8 | - | - | - | - | - | - | 1 |
| 4 | - | 8 | - | - | - | - | - | - | 1 |
| 6 |  | 8 |  |  |  |  |  |  | 1 |

1.2. Sposób realizacji zajęć

× zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3. Forma zaliczenia przedmiotu/ modułu ( z toku) *( egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny*)

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| II semestr- umiejętności zdobyte podczas zajęć z wychowania fizycznego w szkole podstawowej i w szkole średniej  IV semestr- Metodyka wychowania fizycznego, anatomia  VI semestr- Metodyka wychowania fizycznego, organizacja zawodów sportowych |

1. cele, efekty kształcenia , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne
   1. Cele przedmiotu/modułu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Przekazanie podstawowych wiadomości z metodyki prowadzenia zajęć lekkoatletycznych |
| C2 | Opanowanie merytorycznej wiedzy z lekkoatletyki w szkolnym wychowaniu fizycznym |
| C3 | Zaznajomienie się z podstawowymi umiejętnościami technicznymi w stopniu pozwalającym na poprawne demonstrowanie elementów poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych |
| C4 | Zapoznanie z podstawowymi przepisami i zasadami sędziowania obowiązującymi w lekkoatletyce, co umożliwi sędziowanie w zakresie podstawowym |

3.2 Efekty kształcenia dla przedmiotu/ Modułu ( *wypełnia koordynator*)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK ( efekt kształcenia) | Treść efektu kształcenia zdefiniowanego dla przedmiotu (modułu) | Odniesienie do efektów kierunkowych (KEK) |
| EK\_01 | metody, formy i środki stosowane w kształtowaniu zdolności wpływające na rozwój motoryczny i psychofizyczny oraz testy służące diagnozowaniu umiejętności lekkoatletycznych;  odpowiednie metody, formy i środki do kształtowania zdolności lekkoatletycznych;  Metody realizacji zadań ruchowych, nauczania ruchu; | K\_W07  K\_U04  SKN/WFI/W6 |
| EK\_02 | zasady bhp, które obowiązują w czasie lekcji lekkiej atletyki; przygotować miejsce do zajęć LA  z zachowaniem wszelkich zasad bhp; | K\_W14  K\_U12 |
| EK\_03 | wybrane przepisy obowiązujące w Lekkiej Atletyce; | K\_W17 |
| EK\_04 | budowa toku lekcyjnego stosowanego w Lekkiej Atletyce; | K\_W18 |
| EK\_05 | demonstracja wybranych technik stosowanych w różnych konkurencjach lekkoatletycznych; | K\_U07 |
| EK\_06 | dobór ćwiczeń i metod kształtujących wybrane techniki w poszczególnych konkurencjach lekkoatletycznych;  stosować czynności kontrolne, korygujące i naprowadzające w celu usuwania błędów przy nauczaniu lub doskonaleniu określonych umiejętności ruchowych; | K\_U09  SKN/WFI/U10  K\_W08 |
| EK\_07 | przeprowadzenie podstawowych form rywalizacji lekkoatletycznej.  Konstruować narzędzia (sprawdziany i testy) do  kontroli i oceny nauczanych umiejętności ruchowych; | K\_U21  K\_K05  SKN/WFI/U9 |
| EK\_08 | aktualizowanie swojej wiedzy teoretycznej oraz  doskonalenia własnych umiejętności praktycznych z zakresu nauczania ćwiczeń lekkoatletycznych | K\_U02 |
| EK\_09 | ustawiczne podnoszenia swoich kwalifikacji  pedagogicznych oraz merytorycznych w zakresie  nauczania lekkoatletyki . | K\_K11 |
| EK\_10 | Wykorzystania w procesie wychowania fizycznego środków dydaktycznych, w tym przyborów, sprzętu i urządzeń sportowych, zastosowanie nowoczesnych technologii informacyjno-komputerowych oraz aplikacji internetowych do pomiaru indywidualnej  aktywności fizycznej; | SKN/WFI/W8 |
| EK\_11 | Identyfikować typowe ćwiczenia i zadania ruchowe z wymaganiami ogólnymi i szczegółowymi podstawy programowej, programu nauczania wychowania fizycznego w szkole podstawowej, rozwijać kompetencje kluczowe w procesie wychowania fizycznego na etapie szkoły podstawowej; | SKN/WFI/U1 |
| EK\_12 | Kształtowania umiejętności współpracy uczniów w grupach, drużynach i zastępach ćwiczebnych; | SKN/WFI/K5 |
| EK\_13 | Rozwijania u uczniów ciekawości, aktywności i samodzielności oraz logicznego i krytycznego myślenia w odniesieniu do różnorodnych indywidualnych i zespołowych form aktywności fizycznej; | SKN/WFI/K7 |

* 1. **TREŚCI PROGRAMOWE**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |

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

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Charakterystyka lekkoatletyki-podział konkurencji, historia dyscypliny |
| **Semestr 2**  Metody, formy i zasady dydaktyczne wykorzystywane w nauczaniu lekkoatletyki, ogólnorozwojowe ćwiczenia sprawnościowe stosowane w lekkoatletyce;  - gry i zabawy bieżne szybkościowe,  - technika nauczania startów niskich i biegów sztafetowych,  - elementy techniczne w nauczaniu podstaw biegu przez płotki,  **Semestr 4**  - gry i zabawy skocznościowe wykorzystywane w lekkoatletyce,  nauka podstawowych środków treningowych stosowanych w konkurencjach biegowych ,  **Semestr 6**  - gry i zabawy bieżne wytrzymałościowe,  - wielobój rzutowy z piłkami lekarskimi jako element wprowadzający do nauki pchnięcia kulą  - ćwiczenia z piłeczką palantową jako element wprowadzający do nauki rzutu oszczepem – zastosowanie, ocena. |

* 1. METODY DYDAKTYCZNE

Ćwiczenia: praca w grupach, ćwiczenia praktyczne

1. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów kształcenia

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów kształcenia  ( np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych ( w, ćw, …) |
| EK\_ 01 | Ocena konspektu z LA | Ćwiczenia |
| Ek\_ 02 | Obserwacja w trakcie zajęć | Ćwiczenia |
| Ek\_ 03 | Kolokwium | Ćwiczenia |
| Ek\_ 04 | Ocena konspektu z LA | Ćwiczenia |
| Ek\_ 05 | Obserwacja w trakcie zajęć | Ćwiczenia |
| Ek\_ 06 | Ocena samodzielnego prowadzenia fragmentu zajęć z wybranych konkurencji LA | Ćwiczenia |
| Ek\_ 07 | Kolokwium, sprawdzić praktyczny | Ćwiczenia |
| Ek\_ 08 | Kolokwium, sprawdzić praktyczny | Ćwiczenia |
| Ek\_ 09 | Obserwacja w trakcie zajęć | Ćwiczenia |
| Ek\_ 10 | Projekt, zadanie do wykonania | Ćwiczenia |
| Ek\_ 11 | Ocena konspektu LA | Ćwiczenia |
| Ek\_ 12 | Obserwacja w trakcie zajęć | Ćwiczenia |
| Ek\_ 13 | Obserwacja w trakcie zajęć | Ćwiczenia |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| 1. Zaliczenie z oceną 2. Ustalenie oceny końcowej na podstawie ocen cząstkowych   - obowiązkowy, aktywny udział w ćwiczeniach zgodnie z harmonogramem zajęć  - pozytywny wynik testów sprawdzających stopień opanowania elementów techniki wybranych konkurencji lekkoatletycznych  - ocena umiejętności pokazu i zastosowania ćwiczeń w nauczaniu lekkoatletyki  50% stanowi ocena z sprawdzianów lekkoatletycznych, 25% ocena umiejętności pokazu i zastosowania ćwiczeń w nauczaniu lekkoatletyki, 25% ocena aktywności na zajęciach, realizacji zadań, pracy w grupie oraz postaw społecznych studenta w trakcie zajęć  Oceny cząstkowe przeliczane są na procenty, którym odpowiadają oceny  do 50% niedostateczny, 50% - 60% dostateczny, 61% - 70% dostateczny plus, 71% - 80% dobry, 81% - 90% dobry plus, 91% - 100% bardzo dobry |

1. 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 | 45 godzin |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | 12 godzin  (udział w konsultacjach) |
| Godziny nie kontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 18  (przygotowanie do zajęć 8 godz.)  (przygotowanie do zaliczenia 10 godz.) |
| SUMA GODZIN | 75 |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 3 |

1. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU/ MODUŁU

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

1. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:   1. Iskra J., Marcinów R., Walaszczyk A., Lekkoatletyka w edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej, Politechnika Opolska 2014 2. Stawczyk Z., „Zarys lekkoatletyki” AWF w Poznaniu ,Poznań 1999 3. Stawczyk Z., „ Gry i zabawy lekkoatletyczne” AWF Poznań, Poznań 2000 4. Gabryś T., Borek Z., „ Lekkoatletyka” – Podręcznik dla studentów, nauczycieli trenerów. Część I biegi i chód sportowy, AWF Katowice 2005 5. Mazur S., Metodyka nauczania lekkiej atletyki, AWF Katowice, Katowice, 2005 6. Mleczko E. ( red.), Lekkoatletyka, AWF Kraków, Kraków, 2012 7. Socha S., Lekkoatletyka –Technika, metodyka nauczania, podstawy treningu Warszawa 1997 8. Iskry J. (red.), Lekkoatletyka podręcznik dla studentów, Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach, Katowice, 2006. 9. Polski Związek Lekkiej Atletyki – „Przepisy zawodów w Lekkoatletyce”, 2008 10. Lasocki A., Atlas ćwiczeń lekkoatletycznych, Sportpress, Warszawa, 2001 |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej