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

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia** *2020/2021-2022/2023*

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2022-2023

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Warsztaty szkoleniowe. Moduł instruktor sportu - boks |
| 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 | Stacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | 3 rok, 6 semestr |
| Rodzaj przedmiotu | Moduł instruktor sportu - boks |
| Język wykładowy | Polski |
| Koordynator | dr Marian Rzepko |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Marian Rzepko |

\* *-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** |
| 5 |  | 20 |  |  |  |  |  |  | 1 |

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)

Zaliczenie z oceną

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Podstawowe wiadomości z zakresu teorii i praktyki sportu młodzieżowego oraz metodycznych podstaw treningu. |

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

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | przygotowanie studenta, jako przyszłego trenera instruktora, do samodzielnego prowadzenia zajęć z boksui w szkołach, klubach sportowych lub innych instytucjach związanych z kulturą fizyczną. |
| C2 | obserwacja czynności podejmowanych przez trenera – opiekuna praktyki, w toku prowadzonych przez niego zajęć. |
| C3 | zapoznanie się z programem szkolenia na określonych etapach szkolenia. |
| C4 | zapoznanie z metodami, formami i szczegółowymi tokami jednostek treningowych. |
| C5 | asysta opiekunowi praktyki w trakcie jednostek treningowych |
| C6 | aktywne uczestnictwo w jednostkach treningowych |
| C6 | zapoznanie z właściwym prowadzeniem dokumentacji odbywania praktyk (dziennik praktyk). |

**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) |
| EK\_01 | Student objaśni zasady bhp, które obowiązują w trakcie prowadzenia jednostek treningowych oraz zawodów sportowych | K\_W14 |
| EK\_02 | Student objaśni prawidłową budowę jednostki treningowej z boksu. | K\_W18 |
| EK\_03 | Student opracuje konspekt jednostki treningowej | K\_U17 |
| EK\_04 | Student opracuje strukturę procesu treningu sportowego oraz określi wielkość obciążenia treningowego w trakcie procesu treningowego | K\_U18 |
| EK\_05 | Student wypowiada się krytycznie konfrontując posiadaną wiedzę teoretyczna z treściami realizowanymi w trakcie zajęć oraz jest otwarty na wiedzę pochodzącą z innych źródeł. | K\_K01 |
| EK\_06 | Student aktualizuje swoją wiedzę teoretyczną oraz doskonali własne umiejętności praktyczne w boksie , | K\_K02 |

**3.3 Treści programowe**

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

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| **III Rok V semestr** |
| 1. Zapoznanie się z warsztatem pracy trenera i dokumentacją jego pracy: programu szkolenia, planu organizacyjno-szkoleniowego. Poznanie dokumentacji trenera, tj. dziennika zajęć, rejestru osiągnięć uczestników, instrukcji BHP itp. |
| 1. Hospitacje i omawianie zajęć treningowych. Przeprowadzenie hospitacji zajęć treningowych i dokonanie ich analizy. |
| 1. Udział w zajęciach treningowych |
| 1. Asystowanie nauczycielom, trenerom podczas jednostki treningowej, pomoc w przygotowaniu do zajęć, aktywne uczestniczenie w jednostce treningowej: pomoc w organizacji zajęć, uczestnictwo w pokazie, |
| 1. Możliwość samodzielnego prowadzenia fragmentów jednostki treningowej. |
| 1. Przygotowanie dokumentacji z praktyk |

3.4 Metody dydaktyczne

Ćwiczenia

**metody praktyczne**: ćwiczenia praktyczne, jednostka treningowa

**metody podające**: opis i objaśnienie z podkreśleniem najczęściej popełnianych błędów, rozmowa z trenerem

**metody eksponujące:** pokaz, hospitacja zajęć treningowych

Np.:

*Wykład: wykład problemowy, wykład z prezentacją multimedialną, metody kształcenia na odległość*

*Ćwiczenia: analiza tekstów z dyskusją, metoda projektów (projekt badawczy, wdrożeniowy, praktyczny), praca w grupach (rozwiązywanie zadań, dyskusja),gry dydaktyczne, metody kształcenia na odległość*

*Laboratorium: wykonywanie doświadczeń, projektowanie doświadczeń*

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia się  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| EK\_ 01 | ocena samodzielnego prowadzenia zajęć | warsztaty |
| EK\_ 02 | dziennik praktyk | warsztaty |
| EK\_ 03 | dziennik praktyk | warsztaty |
| EK\_ 04 | dziennik praktyk | warsztaty |
| EK\_ 05 | Obserwacja na zajęciach, ocena nauczyciela | warsztaty |
| EK\_ 06 | Obserwacja na zajęciach, ocena nauczyciela | warsztaty |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Ocenie poddane zostaną:  1. Sposoby zaliczenia:  a) trener, instruktor – opiekun praktyki w klubie (na podstawie obserwacji zajęć studenta, jego aktywności w trakcie praktyki, pracy z uczestnikami, prowadzenia dokumentacji, zajęć)  b) nauczyciel akademicki – na podstawie złożonej dokumentacji przez studenta  2. Formy zaliczenia:  - Ocena opiekuna praktyk  - Ocena dokumentacji |

**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 | 20 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego | 2  udział w konsultacjach |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta | 8  (6 - Opracowanie dziennika  2 - Przygotowanie do zajęć treningowych) |
| SUMA GODZIN | 30 |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 1 |

*\* 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:  Z. Żukowska, Wybrane zagadnienia pedagogiczne w pracy trenera. „Materiały Szkoleniowe P.K.Ol." 1963, n  S. Cendrowski, Organizacja pracy trenera. "Boks” 1960. nr 5-12, 1961, nr 1-5. .  S.Wasilewski, Podstawowe wiadomości o treningu sportowym. "Boks". Zeszyt 1. Biblioteczka Trenera Specjalisty. P.K.Ol. Warszwa 1964, s.52-66.  W. Majchrzycki, Błędy techniki wynikające z wadliwej pozycji bokserskiej. “Ring wolny” 1956, nr 5  K.W. Gradapałow, Boks. Wydawnictwo sport i turystyka, Warszawa 1969  Z. Naglak, Trening sportowy teoria i praktyka, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Wrocław 1974  R. Kalina, Tepria Sportow Walki, COS, Warszawa 2000  R. Kalina, Zabawowe formy walki w wychowaniu fizycznym i treningu sportowym, AWF Warszawa, T. Nowak, Boks- technika, metodyka nauczania, AWF Warszawa, Warszawa 2008 |  |
| Literatura uzupełniająca:  T. Stefaniak, Dokładność odtwarzania siły przez zawodników sportów walki, AWF Wroclaw, Wrocław 2008  A. Wojno, Jak zostać mistrzem, Polski Związek Judo, Warszawa 2008  S. Kuch, Dzienik treningowy-sporty indywidualne, COS, Warszawa 1996  Z. Czajkowski, Nauczanie techniki sportowej, COS, Warszawa 2004  T. Ambroży Wprowadzenie do teorii sportu. Poradnik metodyczny dla studentów, Dla Szkoły, |  |

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)