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

**SYLABUS**

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

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2020/2021

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Sporty walki – 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 | 2 stopień |
| Profil | Ogólnoakademicki |
| Forma studiów | Stacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | 1 rok, 2 semestr |
| Rodzaj przedmiotu | Przedmiot kierunkowy do wyboru |
| Język wykładowy | polski |
| Koordynator | dr Marian Rzepko |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Marian Rzepko, mgr Marian Basiak, mgr Łukasz Różański |

\* *-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** |
| 2 |  | 15 |  |  |  |  |  |  | 2 |

1.2. Sposób realizacji zajęć

x zajęcia w formie tradycyjnej

x zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

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

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Metodyka wychowania fizycznego  Teoria i metodyka sportu  Zabawy i gry ruchowe z metodyką |

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

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | przygotowanie studenta, jako przyszłego nauczyciela lub instruktora, do samodzielnego prowadzenia zajęć z wychowania fizycznego w szkołach, klubach sportowych lub innych instytucjach związanych z kulturą fizyczną. |
| C2 | zapoznanie studenta z zaawansowaną systematyką ćwiczeń oraz metodami wykorzystywanymi podczas prowadzenia zajęć z wychowania fizycznego |
| C3 | opanowanie merytorycznej wiedzy z zakresu przygotowania i prowadzenia zajęć z elementami sportów walki w szkolnym wychowaniu fizycznym |
| C4 | opanowanie umiejętności metodycznych związanych z nauczaniem |
| C5 | zaznajomienie ze specyfiką prowadzenia zajęć z sportów walkiz dziećmi (korygowanie błędów, dostosowanie ćwiczeń do wieku, progresja ćwiczeń itp.) |

**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 | Absolwent:  w zaawansowanym stopniu zna metody realizacji zadań ruchowych, treningu sportowego, diagnozy przygotowania kondycyjnego, planowania, realizacji i kontroli treningu oraz efektów po treningowych w boksie, | K\_W06  SKN/WFII/W6 |
| EK­\_02 | Absolwent:  Zna ogniwa prakseologiczne procesu wychowania fizycznego, metody ewaluacji programu nauczania w zakresie sportów walki | K\_W07  SKN/WFII/W8 |
| EK­\_03 | Absolwent:  Zna zasady konstruowania programów nauczania w sportach walki, oceny jakości w obszarze szkolnej kultury fizycznej  Zna i rozumie kompetencje merytoryczne, dydaktyczne i wychowawcze nauczyciela, oraz dostosowania sposobu komunikowania się do poziomu rozwoju uczniów i stymulowania aktywności fizycznej uczniów w zakresie prowadzonego przedmiotu | K\_W10 |
| EK­\_04 | Absolwent:  ma pogłębioną wiedzę na temat tworzenia szkolnych stowarzyszeń kultury fizycznej w zakresie uczniowskich klubów w sportach walki | K\_W14 |
| EK­\_05 | Absolwent:  posiada poszerzoną wiedzę na temat nauczania i doskonalenia czynności ruchowych oraz przepisów z zakresu boksu i prowadzenia zawodów bokserskich  zna i rozumie metodykę realizacji poszczególnych treści kształcenia w obrębie przedmiotu, rozwiązania metodyczne i merytoryczne, dostosowania oddziaływań do potrzeb i możliwości uczniów w boksie  zna i rozumie organizacje pracy w klasie szkolnej i grupach, potrzebę indywidualizacji nauczania w boksie | K\_W15  SKN/WFII/W6 |
| EK\_06 | Absolwent:  potrafi rozpoznać typowe dla prowadzonych zajęć w boksie błędy uczniowskie i wykorzystać je w procesie dydaktycznym | K\_U04  SKN/WFII/U10 |
| EK\_07 | Absolwent:  Potrafi zaprezentować w zaawansowanym stopniu umiejętności techniczne w boksie. Konstruować testy do oceny nauczanych umiejętności ruchowych | K\_U08  SKN/WFII/U9 |
| EK\_08 | Absolwent:  Prawidłowo stosuje metodykę nauczania boksu i umie poprowadzić lekcję boksu i zastosować różnorodną taktykę w walce bokserskiej  Potrafi kreować sytuacje dydaktyczne służące aktywności i rozwojowi zainteresowań uczniów. | K\_U10  SKN/WFII/U1 |
| EK\_09 | Absolwent:  potrafi prowadzić różne typy treningu sportowego w boksie z wykorzystanie tradycyjnych i współczesnych metod realizacji zadań ruchowych | K\_U16 |
| EK\_10 | Absolwent:  krytycznie ocenia posiadaną wiedzę i odbierane treści | K\_K01 |
| EK\_11 | Absolwent:  Organizuje imprezy rekreacyjno- sportowe z elementami gier i zabaw sportów walki  Jest gotów do kształtowania umiejętności współpracy uczniów w grupach | K\_K05  SKN/WFII/K5 |
| EK\_12 | Absolwent:  Swoja postawą i zachowaniem godnie podtrzymuje etos zawodu i pracę nauczyciela wychowania fizycznego,  Jest gotów do zachęcania uczniów d podejmowania systematycznej aktywności fizycznej  Jest gotów do stymulowania uczniów do uczenia się przez całe życie przez samodzielna pracę. | K\_K10  SKN/WFII/K7 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
|  |
|  |

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

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| **I Rok II semestr** |
| 1. Trening ogólnorozwojowy, inne sporty w treningu bokserskim |
| 1. Rozgrzewka – przeprowadzenie i analiza rozgrzewki do zajęć wychowania fizycznego |
| 1. Technika bokserska, pozycja bokserska |
| 1. Praca nóg, ciosy proste, ciosy sierpowe, ciosy z dołu |
| 1. Zaawansowana metodyka nauczania i opracowania konspektu lekcyjnego. |
| 1. Przeprowadzenie lekcji wychowania fizycznego z elementami sportów walki |
| 1. Sprawdzian praktyczny – kospekty lekcji . |

3.4 Metody dydaktyczne

Ćwiczenia

**metody praktyczne**: ćwiczenia praktyczne, lekcja wychowania fizycznego

**metody podające**: opis i objaśnienie z podkreśleniem najczęściej popełnianych błędów, rozmowa z nauczycielem wychowania fizycznego

metody eksponujące: pokaz, hospitacja lekcji

metody eksponujące: pokaz, hospitacja lekcji

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 sie  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| ek\_ 01 | Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia  zajęć z elementami sportów walki | ćwiczenia |
| Ek\_ 02 | Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia  zajęć z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ćwiczenia |
| ek\_ 03 | Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia  zajęć z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ćwiczenia |
| Ek\_ 04 | Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia  zajęć z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ćwiczenia |
| ek\_ 05 | Kolokwium, Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia zajęć z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ćwiczenia |
| Ek\_ 06 | Kolokwium, Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia zajęć z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ćwiczenia |
| ek\_ 07 | Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia zajęć z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ćwiczenia |
| Ek\_ 08 | Obserwacja podczas zajęć, Ocena przygotowania i samodzielnego prowadzenia zajęć z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ćwiczenia |
| EK\_09 | OBSERWACJA PODCZAS ZAJĘĆ, OCENA PRZYGOTOWANIA I SAMODZIELNEGO PROWADZENIA ZAJĘĆ Z ELEMENTAMI SPORTÓW WALKI | ĆWICZENIA |
| EK\_10 | OBSERWACJA PODCZAS ZAJĘĆ, | ĆWICZENIA |
| EK\_11 | OBSERWACJA PODCZAS ZAJĘĆ, | ĆWICZENIA |
| EK\_12 | OBSERWACJA PODCZAS ZAJĘĆ, | ĆWICZENIA |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Ocenie poddane zostaną:  - obowiązkowy, aktywny udział w ćwiczeniach zgodnie z harmonogramem zajęć.  - właściwe opracowanie konspektów zajęć lekcyjnych o określonej tematyce wychowania fizycznego z elementami sportów walki  - samodzielne prowadzenie przykładowej lekcji z zakresu WF w szkole  -elementy techniki boksu  Projekt 20%, ocena z kolokwium 20 % ocena wykonania elementów techniki boksu 60% Punkty z kolokwium są przeliczane: uzyskanie do 50% ocena niedostateczny, minimum 51% -60% na ocenę dostateczny, 61% - 70% na ocenę plus dostateczny, 71% -80% na ocenę dobry, 81% -90 % na ocenę plus dobry, uzyskanie od 91% 100% na ocenę 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 | 15 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | Udział w konsultacjach 4 godz. |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta  (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | Przygotowanie do ćwiczeń 10 godz.  Przygotowanie osnowy lekcji szermierki 6 godz.  Przegląd literatury przedmiotu 5 godzin  Napisanie referatu 10 godzin |
| SUMA GODZIN | 50 |
| **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:  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, warszawa 2000  T. Nowak, boks- technika, metodyka nauczania, awf warszawa, warszawa 2008  T. Stefaniak, dokładność odtwarzania siły przez zawodników sportów walki, awf wroclaw, wrocław 2008 |
| Literatura uzupełniająca:  Bondarowicz M., „Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych”, COS, Warszawa, 2002  Czerwiński J., Jastrzębski Z., „Proces szkolenia w zespołowych grach sportowych. Teoria i praktyka”, awfis, Gdańsk, 2006.  Sozański H.; „Podstawy teorii treningu”, RCM - skfis, Warszawa, 1993.  Praca zbiorowa, Piłka ręczna. Nazewnictwo, ZPRP, W-wa, 2011. |

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)