



## D3/8 Praktyka w klubie sportowym

### Informacje ogólne

<b>Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):</b>	Praktyka w klubie sportowym (D3/8)
<b>Nazwa przedmiotu (j. ang.):</b>	Practice in sport club
<b>Kierunek studiów:</b>	Wychowanie Fizyczne
<b>Poziom studiów:</b>	studia I stopnia
<b>Profil:</b>	praktyczny (P)
<b>Forma studiów:</b>	studia stacjonarne, studia niestacjonarne
<b>Punkty ECTS:</b>	studia stacjonarne – 4, studia niestacjonarne - 4
<b>Język wykładowy:</b>	polski
<b>Rok akademicki:</b>	2021/2022
<b>Semestr:</b>	4,6
<b>Koordinator przedmiotu:</b>	Dr Krzysztof Frączek

### Elementy wchodzące w skład programu studiów

Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się dla przedmiotu				
Celem przedmiotu jest rozwijanie kompetencji zawodowych związanych z pełnieniem funkcji instruktora sportu w wybranej dyscyplinie. Student pozna, zasady funkcjonowania, organizacji, finansowania działalności klubów sportowych, UKS i SKS. Zapozna się z dokumentacją, statutem, dziennikiem trenera. Pozna specyfikę pracy z grupą sportowców, kryteria doboru i selekcji. Od strony praktycznej pozna strukturę rzeczową treningu.				
<b>Liczba godzin zajęć w ramach poszczególnych form zajęć według planu studiów:</b>	Studia stacjonarne - s. IV – 2 tyg., s. V – 2 tyg. Studia niestacjonarne - s. IV – 2 tyg., s. V – 2 tyg.			
Opis efektów uczenia się dla przedmiotu				
Kod efektu przedmiotu	Student, który zaliczył przedmiot zna i rozumie/potrafi/jest gotów do:	Powiązanie z KEU	Forma zajęć dydaktycznych	Sposób weryfikacji i oceny efektów uczenia się
D3/8_W01	<b>Wiedza:</b> 1. Student wie jakie zmiany zachodzą w organizmie pod wpływem treningu sportowego.	K_W04	praktyka	ocena z odpowiedzi ustnych i obserwacja. Opinia opiekuna praktyk Ocena
D3/8_W02	2. Student zna metody diagnozowania poziomu umiejętności specjalnych i zdolności motorycznych.	K_W05		
D3/8_W03	3. Student wie jak nauczać i doskonalić technikę w wybranej dyscyplinie oraz jak kształtować najważniejsze dla danej	K_W08		

	dyscypliny zdolności motoryczne.				prowadzenia zajęć	
D3/8_U01	<b>Umiejętności</b> 1. Student potrafi dobrać odpowiednie środki, metody i formy niezbędne dla osiągnięcia celu treningowego. 2. Student potrafi korzystać we właściwy sposób ze sprzętu sportowego wykorzystywanego w treningu. 3. Student potrafi zademonstrować specjalistyczne umiejętności ruchowe, specyficzne dla danej dyscypliny.	K_U02 K_U03	praktyka	Średnia ocen bieżących opiekuna praktyk z konspektów, hospitacji, asyst i prowadzeń oraz ocena hospitowanej lekcji przez opiekuna z ramienia uczelni		
D3/8_U02		K_U05				
D3/8_U03		K-U04				
D3/8_K01	<b>Kompetencje społeczne</b> 1. Student ma przekonanie o potrzebie sumiennego przygotowywania się do swojej pracy. 2. Kreuje dobrą atmosferę i przyjazne stosunki między członkami grupy. Motywuje ich i jednoczy we współpracy i realizacji wspólnych celów. 3. Student jest praktycznie przygotowany do pełnienia roli instruktora sportu.	K_K07	praktyka	Aktywność, obserwacja, opinia opiekuna praktyk		
D3/8_K02		K_K03				
D3/8_K03		K_K09				
<b>Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)</b>						
<b>Całkowita liczba punktów ECTS: (A + B)</b>	4		Stacjonarne	Niestacjonarne		
<b>A. Liczba godzin kontaktowych z podziałem na formy zajęć oraz liczba punktów ECTS uzyskanych w ramach tych zajęć:</b>	Konsultacje		s. 4	s. 6	s. 4	s. 6
	<b>W sumie:</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
	<b>ECTS</b>		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>
<b>B. Formy aktywności studenta w ramach samokształcenia wraz z planowaną liczbą godzin na każdą formę i liczbą punktów ECTS:</b>	Ćwiczenia praktyczne		36	36	36	36
	praca w bibliotece		5	5	5	5
	przygotowanie ogólne do zajęć		5	5	5	5
	przygotowanie konspektów		5	5	5	5
	praca w sieci internetowej		5	5	5	5
	<b>w sumie:</b>		<b>56</b>	<b>56</b>	<b>56</b>	<b>56</b>
	<b>ECTS</b>		<b>1,7</b>	<b>1,7</b>	<b>1,7</b>	<b>1,7</b>
<b>C. Liczba godzin zajęć kształtujących umiejętności</b>	Ćwiczenia praktyczne		36	54	54	54
	Konsultacje		10	10	10	10

<b>praktyczne w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:</b>	przygotowanie konspektów	5	5	5	5
	<b>w sumie:</b> ECTS	<b>51</b> <b>1,8</b>	<b>51</b> <b>1,8</b>	<b>51</b> <b>1,8</b>	<b>51</b> <b>1,8</b>

**Dodatkowe elementy (\* - opcjonalnie)**

<b>Szczegółowe treści kształcenia w ramach poszczególnych form zajęć:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizacja klubów sportowych, zasady ich funkcjonowania.</li> <li>2. Specyfika wybranej dyscypliny i wymogi stawiane zawodnikom.</li> <li>3. Etapowość w nauczaniu, dostosowanie metod i obciążeń do wieku ćwiczących.</li> <li>4. Budowa toku treningowego- treści realizowane w poszczególnych częściach treningu.</li> <li>5. Przykłady ćwiczeń stosowanych w nauczaniu i doskonaleniu techniki.</li> <li>6. Metody kształtowania zdolności motorycznych (siła, szybkość, moc, wytrzymałość, koordynacja, gibkość) wraz z przykładami ćwiczeń.</li> <li>7. Metody kontroli poziomu umiejętności specjalnych i zdolności motorycznych.</li> <li>8. Taktyka indywidualna i zespołowa w wybranej dyscyplinie.</li> <li>9. Specyfika mini- gier sportowych.</li> </ol>
<b>Metody i techniki kształcenia:</b>	- praktyczne: hospitowanie, asysta i prowadzenie zajęć w klubie, szkole
<b>* Warunki i sposób zaliczenia poszczególnych form zajęć, w tym zasady zaliczeń poprawkowych, a także warunki dopuszczenia do egzaminu:</b>	- spełnienie warunków oceny końcowej
<b>* Zasady udziału w poszczególnych zajęciach, ze wskazaniem, czy obecność studenta na zajęciach jest obowiązkowa:</b>	Obowiązek systematycznego i aktywnego uczestnictwa studenta
<b>Sposób obliczania oceny końcowej:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ocena końcowa wystawiona przez instruktora, opiekuna praktyki w klubie sportowym (ocena studenta dokonana jest na podstawie punktacji w poszczególnych zakresach, tak aby była jednolita dla każdego studenta odbywającego praktyki w różnych placówkach. Powyższą charakterystykę i ocenę pracy studenta załączono w osobnej karcie (załącznik nr 1) Suma punktów w poszczególnych zadaniach - 60. Ocena bdb – 60 -56 Ocena dst – 41 – 35</li> <li>2. Ocena dokumentacji praktyki dokonanej przez opiekuna praktyki z ramienia Uczelni.</li> <li>3. Ocena hospitowanych zajęć przez opiekuna praktyki z ramienia Uczelni.</li> </ol>
<b>* Sposób i tryb wyrównywania zaległości powstałych wskutek nieobecności studenta na zajęciach:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- odrobienie zaległości wynikających z uzasadnionej i zgłoszonej nieobecności w innym, dodatkowym terminie</li> <li>- konsultacje</li> <li>- samodoskonalenie</li> </ul>

<b>Wymagania wstępne i dodatkowe, szczególnie w odniesieniu do sekwencyjności przedmiotów:</b>	Znajomość podstaw kształtowania zdolności motorycznych oraz podstaw diagnozowania w treningu indywidualnym
<b>Zalecana literatura:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sozański H.(red), <i>Podstawy teorii treningu sportowego</i>, COS, Warszawa 1999</li> <li>2. Ryguła I. (red.), <i>Wybrane elementy treningu sportowego</i>, Katowice 1999</li> <li>3. Raczek J., <i>Szkolenie młodzieży w systemie sportu wyczynowego</i>, AWF Katowice 1986</li> <li>4. Naglak Z., <i>Metodyka trenowania sportowca</i>, AWF Wrocław, 1991</li> </ol> <p><b>Literatura uzupełniająca:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czajkowski Z., <i>Nawyki czuciowo-ruchowe w działalności sportowej</i>, Związek Stowarzyszeń KF Makroregion Śląski, Katowice 1995</li> <li>2. Płatonow W.N., <i>Adaptacja w sporcie</i>, RCM-SKFiS, Warszawa 1990</li> </ol>