

Teoria i metodyka lekkiej atletyki - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Teoria i metodyka lekkiej atletyki
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFSP-TMLA
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2019/2020

Informacje o przedmiocie	
Semestr	2
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Grażyna Biczysko

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Wykład	10	0,67	5	0,33	Zaliczenie na ocenę
Laboratorium	45	3	27	1,8	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Opanowanie przez studenta wiedzy z zakresu metodyki, techniki i przepisów poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych. Znajomość metod i zasad nauczania lekkiej atletyki w placówkach szkolnych.

Wymagania wstępne

Ogólna sprawność psychomotoryczna.

Zakres tematyczny

Wykład: Charakterystyka lekkiej atletyki jako dyscypliny sportu, lekkoatletyka w systemie wychowania młodzieży szkolnej, konkurencje Ia i przepisy, podział na kategorie wiekowe, rodzaje zawodów.

Laboratorium: Zabawy i gry lekkoatletyczne, metodyka i technika nauczania wybranych konkurencji: biegi sprinterskie, biegi przez płotki i sztafetowe, skok w dal techniką naturalną, skok wzwyż techniką naturalną, rzut piłeczką palantową.

Metody kształcenia

Wykład: konwencjonalny, metoda podająca, informacyjna z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych oraz elementy prezentacji problemowej i dyskusji

Laboratorium: metoda podająca, poglądowa, metoda syntetyczno-analityczna, metoda sytuacyjna, praca w grupach, praca projektowa.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student ma elementarną wiedzę na temat lekkiej atletyki, charakteryzuje konkurencje lekkoatletyczne pod względem metodyki, techniki i przepisów, wskazuje i dobiera środki i metody stosowane w lekcji lekkiej atletyki.	K1_W07	- kolokwium - test egzaminacyjny z progami punktowymi	- Wykład - Laboratorium
Student posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu wybranych konkurencji lekkoatletycznych	K1_U07	- aktywność w trakcie zajęć - sprawdziany praktyczne z wybranych konkurencji lekkoatletycznych	Laboratorium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Rozumie potrzebę podnoszenia wiedzy z zakresu lekkiej atletyki	• K1_K01	• aktywność w trakcie zajęć • dyskusja • Samoocena efektów kształcenia	• Wykład • Laboratorium
student potrafi zastosować w praktyce zasady bezpieczeństwa podczas zajęć z lekkoatletyki.	• K1_K07	• bieżąca kontrola na zajęciach	• Laboratorium
Dba o poziom sprawności fizycznej niezbędnej do wykonywania zadań związanych z lekkoatletyką	• K1_K09	• dyskusja • obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta • Samoocena efektów kształcenia	• Wykład • Laboratorium
potrafi podejmować pracę z uczniami rozbudzającą ich zainteresowania dyscypliną, rozwijać ich uzdolnienia, właściwie dobierać treści nauczania, promować osiągnięcia uczniów	• O.1.2.U07.	• bieżąca kontrola na zajęciach	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykład: warunkiem uzyskania pozytywnej oceny jest zaliczenie testu z progami punktowymi minimum 50% punktów.

Laboratorium: kończy się zaliczeniem na ocenę. Warunkiem uzyskania pozytywnej oceny jest zaliczenie testów (sprawdzianów) praktycznych z poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych zgodnie z podanymi na zajęciach kryteriami.

Ocena końcowa to średnia arytmetyczna wszystkich form przewidzianych do realizacji przedmiotu. Wyniki średniej arytmetycznej ustala się zgodnie z zasadą: średnia 3,25 stanowi ocenę końcową 3,5; średnia 3,75 stanowi ocenę końcową 4,0; średnia 4,25 stanowi ocenę końcową 4,5; średnia 4,75 stanowi ocenę końcową 5,0.

Literatura podstawowa

1. Iskra J., Marcinów R., Walaszczyk A., 2014, Lekkoatletyka w edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej : marsze, skoki i rzuty dla dzieci w wieku 4-9 lat, Opole,
2. Stawczyk Z., 1999, (red.) Zarys lekkoatletyki. AWF Poznań.
3. Stawczyk Z., 1998, Gry i zabawy lekkoatletyczne. Poznań .
4. Przepisy zawodów w lekkoatletyce, 2017, PZLA Warszawa. www.wmozla.pl pozla.pl/aktualne-przepisy-la
5. Iskra J., Wojnar J., 2008, Atlas ćwiczeń lekkoatletycznych dla dzieci i młodzieży : ćwiczenia, gry i zabawy w lekkoatletycznym nauczaniu początkowym, Opole, .
6. Sulisz S., 1996, Lekkoatletyka dla najmłodszych. Warszawa
7. Iskra J. 2004, „Lekkoatletyka: podręcznik dla studentów”. Wydawnictwo AWF w Katowicach
8. Iskra J., Skowronek T., Szade B., Walaszczyk A., 2005, Metodyka nauczania lekkoatletyki w szkole. AWF, Katowice,
9. Czasopisma i e-booki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ, cyfrowe bazy danych; <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Literatura uzupełniająca

1. Barankiewicz S.,1993, Leksykon wychowania fizycznego i sportu szkolnego. W-wa 1998. Zienkowicz (red): Lekka atletyka. Technika - Metodyka - Ćwiczenia Specjalne. Warszawa .
2. Cieszkowski St., 2002, Podstawy lekkiej atletyki, Rzeszów,
3. Szelest Z., Sulisz S., 1985, Lekkoatletyka. Zbiór ćwiczeń ogólnych i specjalnych. Warszawa.

Uwagi

Prowadzący zapewnia dostęp do konsultacji w hali lekkoatletycznej w godzinach podanych na początku semestru.

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 20-03-2020 12:53)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ