

Struktura treningu sportowego - course description

General information	
Course name	Struktura treningu sportowego
Course ID	16.1-WL-WF-STSP
Faculty	Faculty of Biological Sciences
Field of study	Physical Education / Teaching
Education profile	practical
Level of studies	Second-cycle studies leading to MS degree
Beginning semester	winter term 2021/2022

Course information	
Semester	3
ECTS credits to win	2
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	dr Mateusz Rynkiewicz

Classes forms					
The class form	Hours per semester (full-time)	Hours per week (full-time)	Hours per semester (part-time)	Hours per week (part-time)	Form of assignment
Lecture	30	2	18	1,2	Credit with grade

Aim of the course

Wprowadzenie w podstawową problematykę teorii treningu sportowego. Poznanie zasad technologii, organizacji, kontroli i kierowania procesem treningowym. Przedstawienie najnowszych kierunków rozwoju sportu wyczynowego i profesjonalnego, systemów naboru i selekcji do szkolenia i współzawodnictwa. Wyposażenie w system wiedzy i podstawowych umiejętności z zakresu technologii treningu sportu dzieci i młodzieży, umożliwiające podjęcie pracy szkoleniowej i kierowanie treningiem sportu wyczynowego i profesjonalnego na wszystkich poziomach szkolenia.

Prerequisites

Wiedza z zakresu teorii sportu, fizjologii ogólnej człowieka, podstaw pedagogiki i metodyki sportów indywidualnych i zespołowych

Scope

Podstawowe pojęcia i kierunki rozwoju wiedzy o treningu. Teoria treningu a teoria sportu. Wykorzystanie nowoczesnej aparatury pomiarowej podstawą naukowego kierowania procesem treningowym. Kierowanie systemem szkolenia sportowego. Organizacja kontroli procesu treningowego i działalności sportowej. Nauczanie techniki sportowej na różnych etapach szkolenia treningowego. Style pedagogicznej pracy trenera a jej efektywność.

Teaching methods

Metody słowne; wykład z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych. Metody eksponujące: film, pokaz. Metoda tekstu przewodniego, praca z książką, praca z dokumentem źródłowym.

Learning outcomes and methods of theirs verification

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
Umiejętnie stosuje środki wychowawcze specyficzne dla sportu w resocjalizacji	K2_U09	a written assignment	Lecture
Rozumie potrzebę i planuje własne doksztalcanie się zawodowe trenera sportowego	K2_K01	a test	Lecture
Identyfikuje i umie eliminować błędy i zaniedbania dydaktyczne i wychowawcze w praktyce treningu sportowego	K2_U07	a written assignment	Lecture
Posiada umiejętność przygotowania opracowania w zakresie planowania procesu treningowego	K2_U05	a test	Lecture
Rozwiązuje problemy pojawiające się w zawodzie trenera sportowego	K2_K06	a test	Lecture

Assignment conditions

Zaliczenie w formie pisemnej zgodnym z podanymi kryteriami – test z progami punktowymi składający się z pytań zamkniętych i otwartych. Minimum na uzyskanie zaliczenia to 50% punktów.

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.

Recommended reading

1. Bajdziński M., Rokita M. Teoria treningu tańca sportowego. Monografia Uniwersytetu Zielonogórskiego, 1-322, Zielona Góra 2011
2. Naglak Z.: Metodyka trenowania sportowca. Wrocław 1999. AWF.
3. Raczek J.: Podstawy szkolenia sportowego dzieci i młodzieży. Warszawa 1991. RCMSzKFIS.
4. Rokita M., Bajdziński M. Podstawy teorii treningu motorycznego w sportowym tańcu towarzyskim. AWF w Poznaniu, PTT, Gorzów Wlkp. – Kraków, 2006
5. Sozański H. (red.): Podstawy teorii treningu sportowego. Warszawa 1999. RCMSzKFIS.
6. Sozański H. Wybrane aspekty kwalifikacji dzieci i młodzieży do sportu i treningu. PFSM Warszawa 2005
7. Perkowski K., Śledziwski D.: Metodyczne podstawy treningu sportowego. RCMSzKFIS, Warszawa, 1998.
8. Zaporozanow W., Sozański H.: Dobór i kwalifikacja do sportu. Warszawa 1997. RCMSzKFIS
9. Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Further reading

1. Ljach W.: Kształtowanie zdolności motorycznych dzieci i młodzieży. COS, Warszawa, 2003.
2. Prus G.: Przygotowanie kondycyjne w sporcie. AWF, Katowice, 2003.
3. Sozański H. (red.): Sport dzieci i młodzieży. Vademecum trenera. Warszawa 1994. RCMSzKFIS.
4. Raczek J., Młynarski W., Ljach W.: Kształtowanie i diagnozowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych. AWF, Katowice, 2002.

Notes

Modified by dr Ewa Skorupka (last modification: 14-04-2021 12:27)

Generated automatically from SylabUZ computer system