

Przedmiot do wyboru - Obóz zimowy - narciarstwo - course description

General information	
Course name	Przedmiot do wyboru - Obóz zimowy - narciarstwo
Course ID	12.6-WL-FIZJO-PDWOZN
Faculty	Faculty of Medicine and Health Sciences
Field of study	Fizjoterapia
Education profile	practical
Level of studies	Long-cycle studies leading to MS degree
Beginning semester	winter term 2022/2023

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

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
Laboratory	60	4	-	-	Credit with grade

Aim of the course

Zapoznanie studentów z teoretycznymi podstawami techniki jazdy na nartach, metodyką nauczania narciarstwa oraz wiadomości z zakresu bezpieczeństwa i higienie pracy nauczyciela na zimowym obozie sportowym. zapoznanie z historią narciarstwa polskiego i światowego oraz organizacją polskiego związku narciarskiego. nabycie specjalistycznych umiejętności ruchowych związanych z narciarstwem, przygotowanie do samodzielnego prowadzenia zajęć. kształtowanie postaw zapewniających bezpieczeństwo własne i otoczenia. narciarstwo a turystyka i rekreacja ruchowa

Prerequisites

Wiedza z zakresu przedmiotów: kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu. Podstawowe umiejętności koordynacyjno – ruchowe. Znajomość regulaminu obozu sportowego

Scope

Teoretyczne i praktyczne podstawy techniki jazdy na nartach oraz metody i formy nauczania. Organizacja wypoczynku zimowego, specyfika prowadzenia zajęć narciarstwa zjazdowego w różnych grupach wiekowych i różnym stanie zdrowia, niepełnosprawności. Zasady bezpieczeństwa w górach i na stokach narciarskich-Dekalog FIS. Podstawowe wiadomości o budowie doborze i konserwacji sprzętu narciarskiego. Podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy w górach. Prowadzenie zajęć rekreacyjno-sportowych z osobami niepełnosprawnymi.

Nauczanie narciarstwa: opanowanie podstaw poruszania się na nartach: oswojenie ze sprzętem, poruszanie się po terenie płaskim, zwroty, nauka upadania, podchodzenia, opanowanie ewolucji narciarskich: pług, łuki płużne, skręt z pół -pługu, skręty równoległe, śmig i jazda na krawędziach oraz opanowanie jazdy w różnych warunkach

Teaching methods

Wykład konwersatoryjny, pokaz, metoda poglądowa, metoda analityczna, metoda syntetyczna, samodzielne opracowywanie materiałów metodycznych

Learning outcomes and methods of theirs verification

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
wykazać umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej (rekreacyjnych i zdrowotnych)	B.U9	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń	C.U7	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami, w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej	C.U13	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory

Assignment conditions

Obóz zimowy kończy się zaliczeniem na ocenę na podstawie aktywnego i systematycznego udziału w zajęciach, zaliczenia praktycznego składającego się z testu umiejętności narciarskich i przejazdu slalomu giganta. Student jest zobowiązany do przestrzegania Regulaminu obozu sportowego.

Dopuszcza się 30% nieobecności (usprawiedliwionych), które Student powinien uzupełnić w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia, poprzez odpracowanie w formie odpowiedzi ustnej lub pisemnej (wg wskazań osoby prowadzącej). Pozostałe warunki, nie wymienione w punkcie rozstrzygane są zgodnie z Regulaminem Studiów na

Recommended reading

1. Stanisławski Z. Program nauczania narciarstwa zjazdowego. Wyd. SITN PZN, Kraków, 2009
2. Program Nauczania Narciarstwa Zjazdowego 2018, Stowarzyszenie Instruktorów i Trenerów Narciarstwa PZN, Kraków 2018
3. Szafrński M. Narciarstwo alpejskie. Od amatorów do zawodowców, Wydawnictwo Bosz, 2015
4. www.sitn.pl

Further reading

1. Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Notes

Student jest zobowiązany do pokrycia kosztów zakwaterowania, posiadania ubezpieczenia NW. Usprawiedliwiona nieobecność na obozie w przewidzianym planem terminie powinna być zgłoszona na 1 miesiąc przed obozem do BOS –u i odpowiedzialnego za przedmiot w celu ustalenia terminu realizacji obozu w kolejnym roku akademickim

Modified by dr Tomasz Grzybowski (last modification: 10-12-2021 16:42)

Generated automatically from SylabUZ computer system