

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim**

**Kierunek: Wychowanie fizyczne**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **TEORIA I METODYKA LEKKOATLETYKI**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_WF\_2\_O\_C.7\_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Wychowania Fizycznego  
i Sportu**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Dariusz Niemczyn**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Dariusz Niemczyn

Data opracowania: **15.01.2024 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia drugiego stopnia			
Profil	ogólnoakademicki			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów / semestr	rok 1, semestr 2			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć		30		
Liczba punktów ECTS	2			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Zaznajomienie się z nowoczesną metodyką nauczania nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
C2	Praktyczne opanowanie techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych (biegów, skoków i rzutów).
C3	Nabywanie umiejętności organizacji zawodów i masowych form lekkoatletycznych szczebla szkolnego, lokalnego i wojewódzkiego.

## 3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- Umiejętność stosowania techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych,
- Opanowanie wiedzy teoretycznej z zakresu przepisów, techniki, metodyki nauczania nietypowych /nieklasycznych/ konkurencji lekkoatletycznych,
- Umiejętność sędziowania i organizacji zawodów lekkoatletycznych oraz masowych form i imprez lekkoatletycznych.

## 4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 7)
EK1	potrafi opisać i wyjaśnić metodykę nauczania i demonstrować technikę nietypowych konkurencji lekkoatletycznych	A1_W1, A1_U3, A1_K05	P7S_WG P7S_UW P7S_KO
EK2	potrafi wykorzystać zasób wiedzy teoretycznej o metodyce nauczania nietypowych konkurencji lekkoatletycznych	A1_W4, A1_U19, A1_U2, A1_K13	P7S_WG P7S_UW P7S_KR
EK3	potrafi efektywnie i bezpiecznie organizować zawody lekkoatletyczne wyższej rangi sportowej	A1_W18, A1_W20, A1_U18, A1_K13	P7S_WG P7S_WK P7S_KR

## 5. Treści programowe

ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Nieklasyczne konkurencje lekkoatletyczne – zajęcia praktyczne, biegi górskie (charakterystyka, dystanse, klasyfikacje) zaliczenie praktyczne.	3
ĆW2	Nieklasyczne konkurencje lekkoatletyczne – zajęcia praktyczne, biegi uliczne (charakterystyka, dystanse, klasyfikacje), zaliczenie praktyczne.	3
ĆW3	Nieklasyczne konkurencje lekkoatletyczne – zajęcia praktyczne, biegi sztafetowe – olimpijska, szwedzka, wiedeńska i inne (zal. praktyczne).	3
ĆW4	Nieklasyczne konkurencje lekkoatletyczne – zajęcia praktyczne (technika) skoki o tyczce w dal, skok w dal z ciężarkami, skok wzwyż (inne techniki).	3
ĆW5	Nieklasyczne konkurencje lekkoatletyczne – zajęcia praktyczne (technika) rzut piłeczką palantową, ciężarkiem, maczugami i rzuty oszczepem do celu.	3
ĆW6	Organizacja, planowanie i sędziowanie zawodów la rangi ogólnopolskiej – zajęcia praktyczne.	6
ĆW7	Nieklasyczne konkurencje lekkoatletyczne – zajęcia praktyczne, trójbój i czwórbój la w szkole, zaliczenie praktyczne.	3
ĆW8	Zabawowe formy nauczania lekkoatletyki w szkole – zajęcia praktyczne, biegi, skoki i rzuty (ćwiczenia z przyborami).	3
ĆW9	Zaliczenie teoretyczne.	3
<b>Razem</b>		<b>30</b>

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Praktyczny pokaz.
M2	Analiza.

## 7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	30
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	10
Przygotowanie prezentacji	6
Przygotowanie do zaliczenia	4
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>50</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Kolokwia.
F2	Prezentacje.
F3	Sprawdzian praktyczny.

### b. Ocena podsumowująca

P1	Kolokwium semestralne.
----	------------------------

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Aktywny i świadomy udział w zajęciach programowych.
- Opanowanie ćwiczeń metodycznych i techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
- Opanowanie teoretyczne przepisów zawodów lekkoatletycznych wyższej rangi;

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Nie potrafi omówić podstawowych zasad metodyki nauczania i techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
na ocenę 3	Potrafi omówić podstawowe zasady metodyki nauczania i techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
na ocenę 4	Potrafi stosować podstawowe zasady metodyki nauczania i techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
na ocenę 5	Potrafi ocenić i stosować podstawowe zasady metodyki nauczania i techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Nie potrafi omówić podstawowych zasad techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
na ocenę 3	Potrafi omówić podstawowe zasady techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
na ocenę 4	Potrafi omówić i stosować podstawowe zasady techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
na ocenę 5	Potrafi ocenić i stosować podstawowe zasady techniki nietypowych konkurencji lekkoatletycznych.
<b>Efekt uczenia się EK3</b>	
na ocenę 2	Nie potrafi omówić podstawowych zasad organizacji i sędziowania zawodów lekkoatletycznych wyższej rangi.
na ocenę 3	Potrafi omówić podstawowe zasady organizacji i sędziowania zawodów lekkoatletycznych.
na ocenę 4	Potrafi omówić i stosować podstawowe zasady organizacji i sędziowania zawodów lekkoatletycznych wyższej rangi.
na ocenę 5	5Potrafi planować programy organizacyjne wyższej rangi zawodów lekkoatletycznych i zna przepisy sędziowania.

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	A1_W1, A1_U3, A1_K05	C1, C2	ĆW1–ĆW5	M1	P1, F1
EK2	A1_W4, A1_U19, A1_U2, A1_K13	C1, C2	CW1–ĆW5	M1	P1, F2
EK3	A1_W18, A1_W20, A1_U18, A1_K13	C3	ĆW6–ĆW8	M2	P1, F3

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Stawczyka Z. (red.), <i>Zarys lekkoatletyki</i> , Poznań 1999.
2.	<i>Przepisy zawodów w lekkoatletyce</i> , Wydanie polskie, PZLA, Warszawa 2008.
3.	Iskra J., Skowronek R., <i>Metodyka nauczania lekkoatletyki w szkole</i> , AWF Katowice, 2005.

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Mroczyński Z. (red.), <i>Lekkoatletyka</i> , AWF Gdańsk, 1995.
2.	Stawczyk Z., <i>Ćwiczenia ogólnorozwojowe</i> , AWF Poznań, 1995.
3.	Migasiewicz J., <i>Podstawy szkolenia miotaczy</i> , AWF Wrocław, 1999.

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)