

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

Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej

Kierunek: SPORT

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: Praktyka trenerska (specjalność TPM)

Kod przedmiotu WNoKF_SP_2_o_50_s _

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł Pracownia Tenisa

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu

dr Tomasz Garsztko

Osoby prowadzące przedmiot

1. Trenerzy klubowi w miejscu realizacji praktyki

Data opracowania: 01.09.2024r.

1. Podstawowe informacje

Forma studiów	STUDIA STACJONARNE			
Stopień studiów	STUDIA DRUGIEGO STOPNIA			
Profil	OGÓLNOAKADEMICKI			
Specjalność	Trener Przygotowania Motorycznego			
Rok studiów/semestr	rok 2 semestry 4			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	Inne
Wymiar zajęć		45		
Liczba punktów ECTS	3			

2. Cele przedmiotu

C01	Przygotowanie do planowania i realizacji jednostek treningu motorycznego dla zawodników na wszystkich poziomach zaawansowania w danej dyscyplinie sportowej (dotyczy przede wszystkim gier sportowych)
-----	--

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

- podstawowa wiedza z zakresu teorii treningu sportowego oraz fizjologii wysiłku,
- umiejętności i kompetencje trenerskie (ostatecznie dopuszczalne instruktorskie).

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 kierunku studiów	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
EK1	Potrafi dostosować, przygotować i realizować jednostki treningu motorycznego dla zawodników na wszystkich poziomach zaawansowania w wybranych dyscyplinach sportowych	K_W05 K_U01 K_U05 K_U07 K_U10 K_U11 K_U13 K_K02 K_K07 K_K09	P7S_WG P7S_UK P7S_UW P7S_UO P7S_KK P7S_KR

5. Treści programowe

ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
T1	Hospitacja zajęć treningowych w danej sekcji/ klubie sportowym	5
T2	Asystowanie w realizacji jednostki treningu motorycznego w danej sekcji/	10-15

	klubie sportowym	
T3	Indywidualne prowadzenie fragmentów treningu motorycznego w danej sekcji/ klubie sportowym	35-30
	Razem	45

6. Metody dydaktyczne

M1	Metody nauczania ruchu: syntetyczna, analityczna, mieszana, od ogółu poprzez szczegół do ogółu, kontrastowa, zadaniowa, problemowa
----	--

7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	
Egzaminy i zaliczenia w sesji	
Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć	42
Przygotowanie np. raportu, prezentacji, dyskusji	0
Przygotowanie do egzaminu	10
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	97
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	3

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

F1	Informacje od opiekuna praktyk zawarte w dzienniku
----	--

b. Ocena podsumowująca

P1	Ocena dziennika praktyk
----	-------------------------

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- dostarczenie kompletnie uzupełnionego dziennika praktyk

9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Student nie potrafi przygotować i zrealizować jednostki treningu motorycznego
na ocenę 3	Student potrafi przygotować i zrealizować jednostki treningu motorycznego (jednak z błędami w zaplanowaniu oraz pokazie)
na ocenę 4	Student potrafi przygotować i zrealizować jednostki treningu motorycznego (jednak z błędami w zaplanowaniu lub pokazie)
na ocenę 5	Student potrafi przygotować i zrealizować jednostki treningu motorycznego

10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się dla	Odniesienie do efektów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
------------------------	------------------------	-----------------	-------------------	--------------------	---------------

przedmiotu	kierunkowych				
EK1	K_W05 K_U01 K_U05 K_U07 K_U10 K_U11 K_U13 K_K02 K_K07 K_K09	C01	T1-T3	M1	F1 P1

11. Wykaz literatury

a. Literatura podstawowa

1	Bangsbo J. (1999) Sprawność fizyczna piłkarza. Naukowe podstawy treningu. COS Warszawa
2	Czajkowski Z. (1991 lub 2004) Nauczanie techniki sportowej. RCMSzKFIS Warszawa
3	Perkowski K., Śledziwski D. (1998) Metodyczne podstawy treningu sportowego. COS Warszawa
4	Santana J.C. (2017) Trening funkcjonalny. DB Publishing
5	Sharkey B.J. Gaskill S. (2013) Fizjologia sportu dla trenerów. Biblioteka Trenera, COS Warszawa
6	Sozański H. (red.) (1993) Podstawy teorii treningu. RCMSzKFIS, Warszawa
7	Sozański H. (red.) (1994) Sport dzieci i młodzieży- vademecum trenera. RCMSzKFIS, Warszawa
8	Trzaskoma Zb. Trzaskoma Ł. (2001) Kompleksowe zwiększanie siły mięśniowej sportowców. Biblioteka Trenera, Warszawa
9	Ważny Z. (1994) Leksykon treningu sportowego. AWF Warszawa

b. Literatura uzupełniająca

Lp.	
1	Sozański H., Witczak T., Starzyński T. (1999) Podstawy treningu szybkości. Biblioteka Trenera. Warszawa
2	Starzyński T., Sozański H. (1995) Trening skoczności - atlas ćwiczeń. RCMSzKFIS, Warszawa
3	Stawczyk Z. (1998) Gry i zabawy lekkoatletyczne. AWF Poznań
4	Stawczyk Z. (2001) Ćwiczenia ogólnorozwojowe. AWF Poznań

im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu



Akademia Wychowania Fizycznego
im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu