

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

Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej

Kierunek: Sport

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: Slackline

Kod przedmiotu WNoKF_SP_2_W_57_s _

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł Zakład Sportów i Edukacji Obronnej

*Akademia Wychowania Fizycznego
im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu*

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu

mgr Krzysztof Skibicki

Osoby prowadzące przedmiot

1. mgr Krzysztof Skibicki

Data opracowania: (1 września 2022 r.)

1. Podstawowe informacje

| | | | | |
|---------------------|-------------------------|-----------|-----------|------|
| Forma studiów | STUDIA STACJONARNE | | | |
| Stopień studiów | STUDIA DRUGIEGO STOPNIA | | | |
| Profil | OGÓLNOAKADEMICKI | | | |
| Specjalność | wszystkie | | | |
| Rok studiów/semestr | II rok semestr IV | | | |
| Status przedmiotu | do wyboru | | | |
| Język przedmiotu | polski | | | |
| Forma zajęć | wykład | ćwiczenia | seminaria | inne |
| Wymiar zajęć | | 15 | | |
| Liczba punktów ECTS | 1 | | | |

2. Cele przedmiotu

| | |
|-----|---|
| C01 | Celem przedmiotu jest wyposażenie studenta w wiedzę z zakresu bezpieczeństwa podczas zajęć slackline oraz jego przydatność w życiu codziennym. |
| C02 | Zapoznanie z metodyką Slackline, oraz określenie doboru metod i form organizacji w zależności od charakterystyki zajęć i uzdolnień ćwiczących |
| C03 | Bezpieczeństwo podczas zajęć Slackline. Zasady prowadzenia zajęć Slackline z osobami w różnym wieku, stanie sprawności fizycznej oraz specjalności zawodowej. |

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

- Podstawowa sprawność fizyczna
- Świadoma chęć podjęcia owej formy ruchu

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 | Zna podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas zajęć, rozumie wpływ treningu na rozwój mięśni głębokich, koordynację i propriocepcję. | K_W01 K_W02 K_W04 | P7S_WG |
| EK2 | Potrafi nauczać i korygować błędy w prawidłowej technice Slackline. Stosuje rozmaite metody dydaktyczne. Potrafi utrzymać równowagę na taśmie, oraz przejść krótki dystans. | K_U02 K_U05 K_U07 K_U10 | P7S_UW, P7S_UO |
| EK3 | Posiada wiedzę i umiejętności na temat bezpiecznego sposobu prowadzenia zajęć z slackline dla osób w różnym wieku i stanie sprawności fizycznej oraz specjalności zawodowej. | K_K01 K_K07 K_K09 | P7S_KK P7S_KR |

5. Treści programowe

| ĆWICZENIA | | |
|-----------|--|---------------|
| Lp. | Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych | Liczba godzin |
| ĆW1 | Podstawowe informacje wprowadzające do przedmiotu. Co to jest Slackline, krótka historia tej formy ruchu. Sposób doboru sprzętu. | 1 |
| ĆW2-4 | Rozgrzewka i zabawy. Metodyka nauczania prawidłowej techniki chodzenia i wykonywania ćwiczeń na taśmie slackline | 3 |
| CW 5-7 | Nauka i utrwalanie prawidłowej techniki, zabawy z wykorzystaniem taśmy slackline | 3 |
| ĆW 8-9 | Fitness slackline | 2 |
| ĆW10 | Tory przeszkód z wykorzystaniem taśmy slackline | 1 |
| ĆW11-14 | Prowadzenie zajęć przez studentów, warsztaty praktyczne, korygowanie błędów w technice, zabawy i gry | 4 |
| ĆW 15 | Zaliczenie | 1 |
| | Razem | 15 |

6. Metody dydaktyczne

| | |
|----|-------------|
| M1 | Naśladowcza |
|----|-------------|

7. Obciążenie pracą studenta

| Forma aktywności | Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności |
|---|---|
| Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym: | |
| Godziny wynikające z planu studiów | 15 |
| Konsultacje przedmiotowe | |
| Egzaminy i zaliczenia w sesji | 2 |
| Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym: | |
| Przygotowanie się do zajęć | 13 |
| Przygotowanie np. raportu, prezentacji, dyskusji | |
| Przygotowanie do egzaminu | |
| Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta | 30 |
| Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu | 1 |

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

| | |
|----|---|
| F1 | Analiza etapów nauczania poszczególnych elementów prawidłowej techniki poruszania się po taśmie slackline oraz doboru sprzętu |
|----|---|

b. Ocena podsumowująca

| | |
|----|-----------------------|
| P1 | Zaliczenie praktyczne |
|----|-----------------------|

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Zaliczenie praktyczne

9. Kryteria oceny

| Efekt uczenia się EK1 | |
|------------------------------|---|
| na ocenę 2 | Student nie zna i nie rozumie podstawowych pojęć związanych z Slackline oraz przydatności jego w życiu codziennym. |
| na ocenę 3 | Student dostatecznie zna i rozumie podstawowe pojęcia związane z Slackline oraz przydatności jego w życiu codziennym. |
| na ocenę 4 | Student dobrze zna i rozumie podstawowe pojęcia związane z Slackline oraz przydatności jego w życiu codziennym. |
| na ocenę 5 | Student bardzo dobrze zna i rozumie podstawowe pojęcia związane z Slackline oraz przydatności jego w życiu codziennym. |
| Efekt uczenia się EK2 | |
| na ocenę 2 | Student nie opanował podstawowych umiejętności metodycznych związanych z planowaniem oraz realizacją zajęć z Slackline. |
| na ocenę 3 | Student opanował podstawowe umiejętności metodyczne związane z planowaniem oraz realizacją zajęć z Slackline. |
| na ocenę 4 | Student dobrze opanował umiejętności metodyczne związane z planowaniem oraz realizacją zajęć z Slackline. |
| na ocenę 5 | Student posiada wiedzę systemową związaną z planowaniem i realizacją zajęć Slackline |
| Efekt uczenia się EK3 | |
| na ocenę 2 | Student nie posiada wiedzy i umiejętności związanych z bezpiecznym przeprowadzeniem zajęć Slackline dla osób w różnym wieku oraz sprawności fizycznej |
| na ocenę 3 | Student zna podstawowe przesłanki umożliwiające w bezpieczny sposób przeprowadzić zajęć Slackline dla osób w różnym wieku oraz sprawności fizycznej |
| na ocenę 4 | Student dobrze zna przesłanki umożliwiające w bezpieczny sposób przeprowadzić zajęć Slackline dla osób w różnym wieku oraz sprawności fizycznej |
| na ocenę 5 | Student posiada kompetencje związane z przeprowadzeniem w bezpieczny sposób zajęć Slackline dla osób w różnym wieku oraz sprawności fizycznej. Potrafi pracować w zespole i samodzielnie, poprawnie wykonuje powierzone mu zadania oraz właściwie organizować własną pracę. |

10. Macierz realizacji przedmiotu

| Efekty uczenia się dla przedmiotu | Odniesienie do efektów kierunkowych | Cele przedmiotu | Treści programowe | Metody dydaktyczne | Sposoby oceny |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------|--|--------------------|---------------|
| EK1 | K_W01 K_W02 K_W04 | C01 | ĆW1 | M1 | F1 |
| EK2 | K_U02 K_U05 K_U07 K_U10 | C02 | ĆW2,ĆW3,ĆW4,ĆW5,ĆW6,ĆW7,ĆW8,ĆW9, ĆW10 | M1 | F1, P1 |
| EK3 | K_K01 K_K07 K_K09 | C03 | ĆW11,ĆW12,ĆW13,ĆW14,ĆW15 | M1 | P1 |

11. Wykaz literatury

a. Literatura podstawowa

| Lp. | |
|-----|---|
| 1 | Skibicki K. Slackline jako prozdrowotna forma aktywności fizycznej Studia Periegetica. Zeszyty Naukowe Wielkopolskiej Wyższej Szkoły Turystyki i |

b. Literatura uzupełniająca

| Lp. | |
|-----|--|
| 1 | CARPENTER, C. (o.J.). The Evolution Of Slacklining. Zugriff am 15. Januar 2007 unter http://forum.slackline.com/modules.php?name=News&file=article&sid=11 |
| 2 | BALCOM, S. Slackline History. Zugriff am 05. Dezember 2006 unter http://slackline.net/history.html 2006 |
| 3 | BALCOM, S. Walk the Line – The Art of Balance and the Craft of Slackline. Ashland/Oregon, USA: SlackDaddy Press. 2005 |
| 4 | Miller, F.-G.& Frisinger, F. Lehrbuch Slackline. Tipps, Tricks, Technik. Köngen: Panico Alpinverlag 2011 |
| 5 | Kroiß, A. Der Trendsport Slacklinien und seine Anwendbarkeit im Schulsport. Schriftliche Hausarbeit zur Ersten Staatsprüfung für das Lehramt an Gymnasien, TU München 2007 |
| 6 | Skibicki K. Nowoczesne formy aktywności fizycznej dla żołnierzy i ich rodzin W: Behawioralne i środowiskowe uwarunkowania zdrowia funkcjonariuszy grup dyspozycyjnych. Behavioural and environmental determinants of health among officers from dispositional groups / Kaiser Alicja. Warszawa : Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej-Sekcja Kultury Fizycznej w Wojsku, 2015 , 273-288 ; 7 fot. bibliogr.9 poz. 2015 |

Akademia Wychowania Fizycznego
im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu



Akademia Wychowania Fizycznego
im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu