

**Opracowano w ramach realizacji projektu
„Kształcenie kadr dla sportu – zintegrowany program uczelni” POWR. 03.05.00-00-z051/18-00**



 **Akademia Wychowania Fizycznego**

 **im. Jerzego Kukuczki w Katowicach**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zadanie 2 Moduł**  |  **Podnoszenia kompetencji** |  |
| **Moduł: instruktor plenerowych form aktywności/ pozostałych form kształcenia\*****Nazwa zajęć: Kajakarstwo** | **Rok: 2020/2021 nabór pierwszy** **2021/2022 nabór drugi** |
| **Forma zajęć:** **wykłady / ćwiczenia / zajęcia wyjazdowe\*** | **Wymiar zajęć: 156 godzin** | **Liczba punktów ECTS: 12** |
| **Forma studiów:**  **stacjonarne**  | **Profil kształcenia:** **praktyczny**  |
| **Prowadzący zajęcia:** | **Jarosław Cholewa** |

|  |
| --- |
| **Wymagania wstępne** |
| brak |

**Efekty uczenia się dla zajęć z kajakarstwa**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kod** | **Opis przedmiotowych efektów uczenia się** | Charakterystyki II Stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji | Sektorowa Rama Kwalifikacji w Sporcie |
| **W zakresie wiedzy - student zna i rozumie:** |
| K\_W01 | Posiada wiedzę z zakresu nauk biologiczno-medycznych o wpływie aktywności fizycznej, stylu życia, odżywiania, na zmiany budowy i czynności organizmu pod wpływem uprawiania kajakarstwa | P6S\_WK | SRKS 5 |
| K\_W02 | Zna zagrożenia bezpieczeństwa i zdrowia związane z uprawianiem kajakarstwa oraz zasady asekuracji i samoasekuracji. | P6S\_WK | SRKS 5 |
| K\_W03 | Zna, w stopniu pogłębionym, terminologię i metodykę nauczania podstawowych elementów w kajakarstwie. Zna możliwości i uwarunkowania stosowania ćwiczeń, rozwiązań organizacyjnych, form i metod w treningu sportowym i na zajęciach rekreacyjnych z kajakarstwa | P7S\_WK | SRKS 5 |
| K\_W04 | Posiada pogłębioną znajomość budowy organizmu oraz anatomiczne , fizjologiczne, biochemiczne podstawy funkcjonowania organizmu w czasie wysiłku w kajakarstwie i w czasie spoczynku. | P7S\_WG | SRKS 4 |
| **W zakresie umiejętności – student potrafi:** |
| K\_U01 | Posiada zaawansowane techniczne, metodyczne, dydaktyczne i psychologiczne umiejętności w zakresie kajakarstwa. Zna możliwości wykorzystania i zastosowania odpowiedniego sprzętu i wyposażenia kajakowego. | P7S\_ UW | SRKS 5 |
| K\_U02 | Potrafi dopasować sposób komunikowania się z jednostką i grupą do poziomu ich umiejętności i rozwoju psychicznego. | P6S\_UK | SRKS 4 |
| K\_U03 | Potrafi zaplanować proces treningowy oraz dobrać odpowiednie środki i metody realizacji wytyczonych celów w kajakarstwie z uwzględnieniem wieku ćwiczących, potrzeb indywidualnych i stopnia zaawansowania. | P6S\_UO | SRKS 4 |
| K\_U04 | Posiada umiejętność oceny przydatności metod, procedur i dobrych praktyk do realizacji zadań związanych z różnymi sferami zarządzania w organizacji sportowej. Przekazuje swoją wiedzę, szkoli osoby o niższych kwalifikacjach. | P6S\_UW | SRKS 5 |
| **W zakresie kompetencji społecznych – student jest gotów do:** |
| K\_K01 | Jest odpowiedzialny za swoje działania i zachowanie oraz zdrowie i bezpieczeństwo osób powierzonych jego opiece. | P6S\_UO | SRKS 4 |
| K\_K02 | Rozumie potrzebę dbania o własną sprawność fizyczną, zdrowie i wygląd dla skutecznego promowania zdrowego trybu życia, aktywności i odpowiedniego odżywiania. | P6S\_KR | SRKS 7 |
| K\_K03 | Wykorzystuje swoją wiedzę do projektowania działań zawodowych oraz prozdrowotnych swoich i innych; okazuje szacunek uczestnikom swoich zajęć. | P6S\_KK | SRKS 4 |
| K\_K04 | Posiada umiejętność dyskutowania, argumentowania; potrafi być empatyczny; przestrzega zasad etyki zawodowej. | P6S\_KR | SRKS 6 |

|  |
| --- |
| **Treści programowe**  |
| **Lp.** | **Treści programowe – wykłady** |
| 1. | Kajakarstwo: uwarunkowania wyniku sportowego w zależności od konkurencji sportowej. |
| 2. | Zasady procesu treningowego w kajakarstwie. |
| 3. | Środki i metody treningowe w kajakarstwie. |
| 4. | Zasady bezpieczeństwa organizacji zajęć na wodzie z kajakarstwa. |
| 5. | Technika i taktyka w kajakarstwie. |
| **Lp.** | **Treści programowe – ćwiczenia** |
| 1. | Nauczanie podstawowych umiejętności technicznych w kajakarstwie. |
| 2. | Metody realizacji wysiłku fizycznego w kajakarstwie. |
| 3. | Metodyka prowadzenia zajęć treningowych. |
| 4. | Planowanie pracy treningowej. |
|  |  |
| **Lp.** | **Treści programowe zgodne z wymogami porozumień z Polskimi Związkami Sportowymi** |
| 1. | Nie dotyczy |
| 2. |  |
| 3. |  |
| 4. |  |

|  |
| --- |
| **Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej** |
| **Literatura podstawowa:**1. Dillon P., Oyen J.: Kayaking. American Canoe Association, Human Kinetics, Champaign, 2008.
2. Drabik J.: Kajakarstwo: teoria i praktyka. Akademia Wychowania Fizycznego im. Jędrzeja Śniadeckiego, AWF Gdańsk, 1991.
3. Godlewski G., Rzędzicki M.: Kajakarstwo turystyczne: skrypt dla studentów, nauczycieli i instruktorów turystyki kajakowej, WWFiS, Biała Podlaska, 2012.
4. Rynkiewicz T.: Kajakarstwo klasyczne. AWF, Poznań, 2009.

 **Literatura uzupełniająca:** 1. Cholewa J. (2004): Wybrane elementy turystyki kajakowej, Akademia Wychowania Fizycznego, Katowice.
2. Paterka S., Wieczorek A., Gołaszewski J.(2000): Organizacja wycieczek szkolnych, obozów stałych i wędrownych. AWF, Poznań.
3. Rynkiewicz T, Rynkiewicz M. (2009): Kajakarstwo: trening dzieci i młodzieży. Wydawnictwo "Intergraf”, Biała Podlaska.
4. Starzyński J., Darkowski P. (2001): **Kajakiem bezpiecznie: materiały szkoleniowe.** Komisja Turystyki Kajakowej ZG PTTK, Warszawa.
 |

|  |
| --- |
| **Forma i warunki zaliczenia zajęć, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu / zaliczenia** |
| Zaliczenie umiejętności praktycznych (wykonanie podstawowych elementów technicznych, prowadzenie zajęć praktycznych). Ocena bardzo dobra: student posiada pogłębioną wiedzę wymienioną w efektach kształcenia, posiada umiejętność wykonywania prac metodycznych charakteryzujących się trafnością doboru treści szczegółowych oraz wykazał się dużym zaangażowaniem na ćwiczeniach.Ocena dobra: student opanował wszystkie zagadnienia teoretyczne, jednak ma pewne trudności z ich praktyczną interpretacją, wykonał prawidłowo prace metodyczne oraz uczęszczał na ćwiczenia wykazując w nich średnie zaangażowanie.Ocena dostateczna: student opanował wiadomości i umiejętności w stopniu podstawowym, jednak posiada znaczne luki w ich pogłębionej i praktycznej interpretacji, w zajęciach wykazał się małym zaangażowaniem.  |

|  |
| --- |
| **Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów uczenia się uzyskanych przez studentów** |
| Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest wykazanie się znajomością wszystkich zagadnień teoretycznych i umiejętność ich praktycznej interpretacji oraz zaliczenie pracy kontrolnej. |

|  |
| --- |
| **Stosowane metody dydaktyczne** |
| Wykład informacyjny, objaśnienia, pogadanka, opis, nauczanie problemowe, dyskusja dydaktyczna, metoda praktycznego działania. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nakład pracy studenta - bilans punktów**  | **Stacjonarne** | **Niestacjonarne** |
| **Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:** |  | - |
|  | 156 |  |
| **Samodzielna praca studenta:** | **156** |  |
|  |  |  |
| **Łączny nakład pracy studenta wynosi:** **312 godzin**, co odpowiada 12 **punktom ECTS** |

**Forma oceny efektów uczenia się**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Przedmiotowe efekty uczenia się** | **Sprawdzian praktyczny** | **Sprawdzian/egzamin pisemny** | **Projekt / prezentacja** | **Obserwacja****/dyskusja dydaktyczna** |
| P\_W01 |  | X |  |  |
| P\_W02 |  | X |  |  |
| P\_W03 |  | X |  |  |
| P\_W04 |  | X |  |  |
| P\_U01 | X |  |  |  |
| P\_U02 | X |  |  |  |
| P\_U03 | X |  |  |  |
| P\_U04 | X |  |  |  |
| P\_K01 |  |  |  | X |
| P\_K02 |  |  |  | X |
| P\_K03 |  |  |  | X |
| P\_K04 |  |  |  | X |