

KARTA MODUŁU KSZTAŁCENIA

Informacje ogólne							
PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA IM. WITELONA W LEGNICY WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:		Fizjoterapia					
Profil studiów:		Praktyczny					
Forma studiów:		Stacjonarne					
Nazwa modułu:		Sporty walki					
Kod modułu kształcenia:		MK_MF104					
Rodzaj modułu kształcenia:		Fakultatywny					
Rok studiów	1	Forma zajęć i liczba godzin:					
Semestr	1	Wykłady	Ćwiczenia	Laboratoria	Seminaria	Zajęcia praktyczne	Praktyka Zawodowa
Liczba punktów ECTS:	1		25				
Forma zaliczenia		Zaliczenie na ocenę					

Autor programu:

mgr Łukasz Stawarz

Cele kształcenia:

Cel1: Celem zajęć jest zapoznanie studenta z różnorodnymi formami aktywności ruchowej występującymi w treningu sportów walki.

Cel2: Podniesienie poziomu sprawności ruchowej studentów oraz kształtowanie nawyku aktywności fizycznej i umiejętności w zakresie sportów całego życia.

Wymagania wstępne:

Brak wymagań wstępnych

Efekty kształcenia:

Umiejętności:

EK1: Student potrafi przeprowadzić i zaprogramować zajęcia ruchowe dla różnych grup społecznych.

EK2: Student posiada umiejętności dbania o stan własnego zdrowia oraz własną sprawność ruchową niezbędną do wykonywania zawodu.

Kompetencje społeczne:

EK3: Wykazuje się permanentną postawą dbałości o poziom sprawności fizycznej, jak również wiedzy i umiejętności niezbędnych do wykonywania zawodu.

Treści kształcenia:**Ćwiczenia:**

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin
C1	Prezentacja tematyki zajęć, strony organizacyjnej, środki ostrożności, zasady i warunki zaliczenia. Historia sportów walki.	2
C2	Teoria mocy i znaczenie łańcucha kinematycznego.	4
C3	Zabawowe formy walki. Funkcja poznawcza i rozwojowa zabaw.	4
C4	Upadki kontrolowane w przód, w tył i na boki.	3
C5	Podstawowe techniki nożne. Metodyka ćwiczeń gibkościowych.	2
C6	Techniki nożne okrężne i w wyskoku. Trening skoczności.	2
C7	Ćwiczenia szybkości i koordynacji w sportach walki. Drabinka koordynacyjna.	2
C8	Techniki bokerskie. Wykorzystanie łap i poduch do uderzeń w treningu sportów walki.	2
C9	Sposoby łączenia technik ataku. Ćwiczenia koordynacyjne w treningu specjalistycznym sportów walki.	2
C10	Trening funkcjonalny w zajęciach sportów walki – jego znaczenie i ograniczenia.	2

Metody kształcenia:

1. Zajęcia praktyczne grupowe.

Całkowity nakład pracy studenta:

Godziny kontaktowe (wykład, ćwiczenia, laboratorium, seminarium, projekt, konsultacje, obecność na egzaminie itd.)	25
Przygotowanie się do zajęć, w tym czytanie wskazanej literatury	0
Przygotowanie się do kolokwium	0
Przygotowanie się do egzaminu	0
Inne	0
Razem	25
Liczba punktów ECTS dla modułu kształcenia	1
Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć praktycznych, laboratoryjnych, projektowych i praktyk zawodowych	1

Weryfikacja osiągnięcia efektów kształcenia

Z zakresu umiejętności	Efekty kształcenia do przedmiotu
Sprawdzian umiejętności: • zaliczenie praktyczne (obserwacja wykonawstwa), • realizacja zleconego zadania, Kryteria ocen z zakresu umiejętności ocenianych przez prowadzącego: 5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, posiada umiejętność prawidłowej demonstracji ćwiczeń, propaguje zdrowy styl życia.	EK1, EK2

Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje najwyższe oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 4,5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, posiada umiejętność prawidłowej demonstracji ćwiczeń, propaguje zdrowy styl życia. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 80% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 4,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, posiada umiejętność prawidłowej demonstracji ćwiczeń, propaguje zdrowy styl życia. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 60% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 3,5 – student biernie uczestniczy w zajęciach, posiada umiejętność prawidłowej demonstracji ćwiczeń, propaguje zdrowy styl życia. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 3,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, posiada umiejętność prawidłowej demonstracji ćwiczeń, propaguje zdrowy styl życia. Uczęszcza na zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, nie posiada umiejętność prawidłowej demonstracji ćwiczeń, nie prowadzi zdrowego stylu życia. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.	
Z zakresu kompetencji społecznych	Efekty kształcenia do przedmiotu
Kryteria ocen z zakresu kompetencji społecznych ocenianych przez prowadzącego , kolegów i pacjentów w formie przedłużonej obserwacja postaw i zachowań: 5,0 – Wykazuje się aktywną postawą i dbałością o poziom sprawności fizycznej niezbędny dla wykonywania działalności zawodowej, demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną. 4,5 – Wykazuje się aktywną postawą i dbałością o poziom sprawności fizycznej niezbędny dla wykonywania działalności zawodowej, demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną. 4,0 – Prawie zawsze wykazuje się aktywną postawą i dbałością o poziom sprawności fizycznej niezbędny dla wykonywania działalności zawodowej, demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną.	EK3

3,5 – W większości przypadków wykazuje się aktywną postawą i dbałością o poziom sprawności fizycznej niezbędny dla wykonywania działalności zawodowej, demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną. 3,0 – W większości przypadków wykazuje się aktywną postawą i dbałością o poziom sprawności fizycznej niezbędny dla wykonywania działalności zawodowej, demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną. 2,0 – Nie wykazuje się aktywną postawą i dbałością o poziom sprawności fizycznej demonstruje postawę antyzdrowotną.	
---	--

Kryterium oceny efektów zajęć praktycznych:

Ustalenie oceny końcowej z ćwiczeń odbędzie się na podstawie ocen cząstkowych otrzymanych przez studenta w czasie trwania zajęć i obecności na zajęciach. W przypadku nieobecności obowiązkowe jest odrobienie zajęć z inną grupą zgodnie z zasadami zaliczania przedmiotu. Ocena końcowa z ćwiczeń obliczana jest według wzoru 75% oceny umiejętności + 25% oceny kompetencji społecznych.

Metody weryfikacji efektów kształcenia przedmiotu:

Ocena formująca:

- *sprawdzian praktyczny*
- *aktywność podczas zajęć*
- *obserwacja zachowań*

Ocena podsumowująca:

Średnia ważona ocen formujących

Tabela odniesień dla modułu kształcenia

Efekt kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów kierunkowych	Cel kształcenia	Treści programowe	Metody kształcenia	Metody weryfikacji efektów kształcenia
EK1	K_U02 K_U25 K_U33	Cel1; Cel2	C1-C10	Ćwiczenia praktyczne.	sprawdzian praktyczny aktywność podczas zajęć obserwacja zachowań
EK2	K_U02 K_U25 K_U33	Cel1; Cel2	C1-C10	Ćwiczenia praktyczne.	sprawdzian praktyczny aktywność podczas

					zajęć obserwacja zachowań
EK3	K_K01 K_K09	Cel 1; Cel2	C1-C10	Ćwiczenia praktyczne.	Obserwacja zachowań

Literatura podstawowa:

1. Cynarski, W. J. Sztuki walki Budo w kulturze Zachodu, WSP, Rzeszów 2000.
2. Kalina, R. Teoria sportów walki, wyd. Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa 2000.
3. Witkowski K. Z historii systemów walk Dalekiego Wschodu, AWF Wrocław 1993.
4. Błach W., Judo – szkolenie najmłodszych i trochę starszych. Biblioteka Trenera, COS, Warszawa 2008.
5. Błach W., Judo – wybrane zagadnienia treningu i walki sportowej. Biblioteka Trenera, COS, Warszawa 2005.
6. Cieplicki M., Witkowski K., Judo – zestaw ćwiczeń z wykorzystaniem skakanki i liny cz. 1. AWF, Wrocław 1999.

Literatura uzupełniająca:

1. Duriasz D., Praca nóg w boksie u zawodników o różnym sposobie prowadzenia walki. Boks. BTS nr 3, Warszawa 1968.
2. Duriasz D., Wpływ stanów przedstartowych na zdolność bokserów do prowadzenia walki. Sport Wyczynowy, Warszawa 1070, nr 4.
3. Duriasz D., Jak kształtować odporność psychiczną. Boks nr 6, 1974.
4. Duriasz D., Szkolenie i trening juniorów w boksie. PZB, Warszawa 1974.
5. Witkowski K., Maśliński J., Kubacki R., Judo – kompendium. Podstawy Tachi-Waza, t.1. AWF, Wrocław 2009.
6. Paiva A., Słówek S., Ju-Jitsu Brazylijskie. Publicat, Poznań 2009.
7. Jaskólski E., Pedagogiczne aspekty rozwoju fizycznego dziecka. AWF, Wrocław 1996.
8. Pawluk J., Trening sportowy w judo. Warszawa 1967.
9. Witkowski K., Stefaniak T., Kuźmiński J., Ocena równowagi ciała u chłopców trenujących Judo. Acta of Bioengineering and Biomechanics. Oficyna Wydawnicza Politechniki Wrocławskiej. Volume 6, Supplement 1, 2004.
10. Witkowski K., Znaczenie gier i zabaw ruchowych w początkowym etapie szkolenia młodych judoków. IDO Ruch dla Kultury, t. IV, nr 4. Biblioteka Lykeion, Rzeszów 2004.