



PRZEDMIOT: Metodyka lekkoatletyki		PUNKTY ECTS 4
KIERUNEK: WYCHOWANIE FIZYCZNE		
SPECJALNOŚĆ: -		STATUS PRZEDMIOTU obligatoryjny
FORMA STUDIÓW: niestacjonarne		GRUPA PRZEDMIOTÓW B
POZIOM KSZTAŁCENIA: studia drugiego stopnia		
ROK/SEMESTR: I/2		PROFIL KSZTAŁCENIA praktyczny
Wykłady – liczba godzin -	Ćwiczenia – liczba godzin 30	Wymagania wstępne/ zaliczenie przedmiotów poprzedzających: dydaktyka ogólna, dydaktyka wychowania fizycznego, metodyka LA I°
Język wykładowy	Forma zaliczenia Zaliczenie z oceną	
polski		

I. Jednostka organizacyjna: Wydział Nauk o Zdrowiu

II. Cele i zadania przedmiotu:

Celem przedmiotu jest przygotowanie studenta do prowadzenia zajęć i realizacji treści programowych lekkiej atletyki na zajęciach edukacyjnych z wychowania fizycznego w szkołach gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Student opanowuje zakres materiału z metodyki poszczególnych konkurencji lekkoatletycznych w formie teoretycznej i praktycznej. Podnosi własne umiejętności praktyczne w celu wykorzystania ich w formie pokazu technik poszczególnych elementów konkurencji lekkoatletycznych. Student potrafi, napisać scenariusz, zorganizować i przeprowadzić zajęcia edukacyjne oraz szkolne zawody lekkoatletyczne.

III. Forma zajęć: ćwiczenia audytoryjne (A), ćwiczenia treningowe (T)

IV. Treści programowe:

Nr	Temat ćwiczenia
A1	Podstawy teoretyczne, scenariusz i organizacja lekcji oraz zawodów lekkoatletycznych.
T2	Doskonalenie technik skoku wzwyż, ćwiczenia ukierunkowane.
T3	Metodyka nauczania rzutu oszczepem z miejsca i krótkiego rozbiegu.
T4	Ćwiczenia przygotowujące do biegu przez płotki.
T5	Metodyka nauczania pchnięcia kulą techniką z doskoku, doślizgu oraz doskonalenie techniki klasycznej.
T6	Kształtowanie wytrzymałości oraz wytrzymałości tempowej w terenie.
T7-T16	Samodzielne prowadzenia jednostek lekcyjnych według przygotowanego scenariusza przez studentów. Omawianie lekcji po prowadzeniu.
A17	Kolokwium i odpowiedź.

V. Literatura

Literatura podstawowa:

1. Godlewska I., Jurgielewicz-Urniaż M., *Lekkoatletyka w szkole*. OSW, Olsztyn 2011.
2. Długosielska M., Gabryś T., Mierzejewski Z., Pionk A., Pstrokońska E., *Lekkoatletyka w szkole*. AWF Warszawa, Warszawa 2006.
3. Mleczo A., *Lekkoatletyka* AWF Kraków, Kraków 2007.
4. Bronikowski M., (red.), *Metodyka wychowani fizycznego w reformowanej szkole*. EMPI2, Poznań 2004.
5. Iskra J., (red.), *Atlas ćwiczeń lekkoatletycznych dla dzieci i młodzieży: ćwiczenia, gry i zabawy w lekkoatletycznym nauczaniu początkowym*. Politechnika Opolska, Opole 2008.
6. Bronikowski M., (red.), *Metodyka wychowani fizycznego w reformowanej szkole*. EMPI2, Poznań 2000.

Literatura uzupełniająca:

1. Lasocki A, *Atlas ćwiczeń lekkoatletycznych*. Sportpres, Warszawa 2001.
2. Gabryś T., (red.), *Lekkoatletyka, podręcznik dla studentów, nauczycieli i trenerów. Cz.2. Sk rzuty, wieloboje*. AWF Katowice 2007.
5. Trzeźniowski R., *Gry i zabawy ruchowe: podręcznik przeznaczony dla nauczycieli, wychowawców i instruktorów*. Sport i Turystyka, Warszawa 1989.
6. Sozański H., *Wybrane aspekty kwalifikacji dzieci i młodzieży do sportu i treningu*. WPFMS, Warszawa 2005.
7. Zaborniak S., *Metodyka nauczania ćwiczeń lekkoatletycznych, poradnik dla nauczycieli*. Wyd.2. Pracownia Wydawnicza „Helvetica”, Rzeszów 2009..
8. PZLA Centralne Kolegium Sędziów: *Przepisy zawodów w lekkoatletyce*

VI. Efekty uczenia się:

Efekt uczenia się:	Nr efektu	Student, który zaliczył przedmiot:	Odniesienie do efektów kierunkowych
w zakresie wiedzy	01	Zna i rozumie specyfikę zajęć lekkoatletycznych ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, w tym osób szczególnie uzdolnionych.	K_W06
	02	Zna formy, środki i metody oraz specyfikę bezpiecznej pracy z młodzieżą podczas lekcji.	K_W09
w zakresie umiejętności	03	Potrafi przewidzieć skutki przebiegu różnego rodzaju działań podczas lekcji la w ramach organizacji procesu uczenia się.	K_U08
	04	Potrafi indywidualizować zadania z la oraz dostosowywać metody, treści do potrzeb i możliwości uczniów e różnym wieku, w tym osób ze specjalnymi potrzebami.	K_U10
	05	Potrafi ocenić prawidłowość doboru treści, metod, form i środków w zajęciach z la.	K_U12
w zakresie kompetencji społecznych	06	Realizuje zadania i cele, uwzględnia bezpieczeństwo i zdrowie uczniów, którzy mu podlegają i z którymi współpracuje.	K_K09

VII. Sposoby oceny (F- formująca, P – podsumowująca):

- F2 – sprawdzian pisemny – scenariusz lekcji
F3 – sprawdzian praktyczny – prowadzenie lekcji
P2 – zaliczenie końcowe – odpowiedź ustna

P7 – inne/przygotowanie i aktywność na zajęciach

VIII. Sposób weryfikacji efektów uczenia się

Nr efektu	Formy zajęć	Sposób oceny
01	A1, T2-16, A17	F2, F3, P2
02	A1, T2, T3, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T12, T13, T14, T15, T16, A17	F2, F3, P2
03	T2, T3, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T12, T13, T14, T15, T16, A17	F2, F3, P2, P7
04	T2, T3, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T12, T13, T14, T15, T16, A17	F2, F3, P2, P7
05	T2, T3, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T12, T13, T14, T15, T16, A17	F2, F3, P2, P7
06	T2, T3, T5, T6, T7, T8, T9, T10, T11, T12, T13, T14, T15, T16, A17	F2, F3, P2, P7

IX. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów w punktach ECTS:

1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:
 - udział w ćwiczeniach 30 h
 - RAZEM: 30 h
 2. Samodzielna praca studenta
 - przygotowanie sprawnościowe do ćwiczeń 20 h
 - przygotowanie do odpowiedzi 15 h
 - opracowanie scenariusza lekcji 15
 - przygotowanie do samodzielnego prowadzenia jednostki lekcyjnej 20
 - RAZEM: 70 h
- godziny kontaktowe + samodzielna praca studenta OGÓŁEM: 100 h
1 punkt ECTS = 25h pracy przeciętnego studenta, liczba punktów ECTS = 4

X. Prowadzący zajęcia: