

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu

KARTA PRZEDMIOTU

1. Nazwa przedmiotu:	Praktyka specjalizacyjna (fitness)				
2. Kod przedmiotu:	16,1				
3. Okres ważności karty:	ważna od roku akademickiego: 2015/2016				
4. Poziom kształcenia:	studia pierwszego stopnia				
5. Forma studiów:	studia stacjonarne / studia niestacjonarne				
6. Kierunek studiów:	WYCHOWANIE FIZYCZNE				
7. Profil kształcenia:	praktyczny				
8. Specjalność:	Instruktorsko - trenerska				
9. Semestr:	VI				
10. Jedn. prowadz. przedmiot:	Instytut Kultury Fizycznej				
11. Prowadzący przedmiot:	mgr Krzysztof Pakulec				
12. Grupa przedmiotów:	praktyka				
13. Status przedmiotu:	praktyka				
14. Język prowadzenia zajęć:	polski				
15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:					
Przedmioty kierunkowe, podstawy anatomii i fizjologii, teoria treningu sportowego,					
16. Cel przedmiotu:					
Zapoznanie studenta ze specyfiką pracy instruktora – trenera. Wyposażenie studenta w umiejętność samodzielnego programowania, organizacji, przeprowadzenia i kontroli zajęć z fitnessu i jego efektów. Kształtowanie właściwej postawy zawodowej – postawy przyszłego instruktora – trenera. Pogłębienie znajomości całokształtu pracy instruktora – trenera, zwłaszcza w obszarze działań organizacyjnych i metodycznych. Zweryfikowanie umiejętności i wiadomości zdobytych w toku nauki w PWSZ oraz usprawnienie tych umiejętności na zajęciach treningowych z zakresu warsztatu pracy instruktora – trenera.					
17. Efekty kształcenia:					
Ozn.	Opis efektu kształcenia	Metody realizacji efektu kształcenia	Metody weryfikacji zakładanych efektów kształcenia	Forma prowadzenia zajęć	Odniesienie do efektów dla kierunku studiów
W1	Zna zasady i metodykę prowadzenia nowoczesnego treningu z zakresu fitnessu w kontekście usprawniania ruchowego osób w różnym wieku. Posiada teoretyczne podstawy jak planować i prowadzić trening	ćwiczenia: zajęcia o charakterze warsztatowym, praca indywidualna, w parach i zespołach kilkusobowych, przygotowanie projektu, portfolio.	1.Rozwiązywanie zadań problemowych. 2.Obszerwacje i ocena umiejętności praktycznych 3. Zadanie wykonane indywidualnie i grupowo. 4. Case study.	praktyka	K_W01 K_W02 K_W10 K_W11

W2	Zna różne formy, techniki i metody przydatne w prowadzeniu zajęć. Wie jak wykorzystać sprzęt i urządzenia konieczne do prowadzenia treningu	ćwiczenia: zajęcia o charakterze warsztatowym, praca indywidualna, w parach i zespołach kilkusobowych, przygotowanie projektu, portfolio.	Rozwiązywanie zadań problemowych. 2. Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych 3. Zadanie wykonane indywidualnie i grupowo. 4. Case study.	praktyka	K_W01 K_W02 K_W10 K_W11
U1	Posiada praktyczne umiejętności prowadzenia treningu. Potrafi kierować wysiłkiem fizycznym osób w różnym wieku, płci, stanie zdrowia i poziomie kompetencji motorycznych	ćwiczenia: zajęcia o charakterze warsztatowym, praca indywidualna, w parach i zespołach kilkusobowych, przygotowanie projektu, portfolio.	1. Rozwiązywanie zadań problemowych. 2. Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych 3. Zadanie wykonane indywidualnie i grupowo. 4. Case study	praktyka	K_U01 K_U03 K_U07 K_U15
U2	Posiada umiejętność dopasowania i zastosowania różnych form rekreacji.	ćwiczenia: zajęcia o charakterze warsztatowym, praca indywidualna, w parach i zespołach kilkusobowych, przygotowanie projektu, portfolio.	1. Rozwiązywanie zadań problemowych. 2. Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych Zadanie wykonane indywidualnie i grupowo	Zajęcia praktyczne	K_U01 K_U03 K_U07 K_U15
K1	Realizuje zadania związane z utrzymaniem właściwej sprawności ruchowej niezbędnej w pracy nauczyciela i specjalisty.	ćwiczenia: zajęcia o charakterze warsztatowym, praca indywidualna, w parach i zespołach kilkusobowych, przygotowanie projektu, portfolio.	1. Rozwiązywanie zadań problemowych. 2. Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych 3. Zadanie wykonane indywidualnie i grupowo. 4. Case study	praktyka	K_K01 K_K06 K_K07 K_K09
K2	Potrafi współpracować i współdziałać w grupie a także w środowisku społecznym propagując zachowania prozdrowotne.	ćwiczenia: zajęcia o charakterze warsztatowym, praca indywidualna, w parach i zespołach kilkusobowych, przygotowanie projektu, portfolio.	1. Rozwiązywanie zadań problemowych. 2. Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych 3. Zadanie wykonane indywidualnie i grupowo.	praktyka	K_K01 K_K06 K_K07 K_K09

18. Treści kształcenia:

Praktyczne przygotowanie studenta do prowadzenia zajęć treningowych. Ocena funkcjonalna, diagnostyka narządu ruchu, ocena przygotowania motorycznego, prowadzenie zajęć z zakresu fitnessu. Prowadzenie zajęć indywidualnych i grupowych na wybranych klientach ośrodka.

19. Literatura podstawowa:			
Czasopisma branżowe			
20. Literatura uzupełniająca:			
Czasopisma branżowe			
21. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:			
Lp.	Forma zajęć	Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta	
1.	Praktyka	60/ 30	
	Suma godzin:	60/ 30	
22. Suma wszystkich godzin:		90	23. Liczba punktów ECTS:
24. Liczba punktów ECTS uzyskanych na praktyce w miejscu jej odbywania:		2	25. Liczba punktów ECTS uzyskanych w wyniku pracy własnej studenta
			3
			1

26. Kryteria oceniania:		
Efekt kształcenia	Ocena	Opis wymagań
K_W01 K_W02 K_U03 K_U07	bdb	bezbłędnie prezentuje zadanie, wyczerpująco tłumacząc stosowane procedury
	db	poprawnie prezentuje zadanie oraz tłumaczy stosowane procedury w sposób ogólny i/lub po sugestiach nauczyciela uzupełniając wypowiedź;
	dst	w prezentowanym zadaniu koryguje błędy po odpowiedzi opiekuna praktyki oraz tłumaczy stosowane procedury w sposób ogólny i/lub po sugestiach opiekuna uzupełniając wypowiedź;
	ndst	Nie jest w stanie zaprezentować zadania, nie przeprowadza ich nawet po ustnych korektach opiekuna. Nie uczestniczył w zajęciach
K_U15 K_K01 K_K06	bdb	bezbłędnie prezentuje zadanie, wyczerpująco tłumacząc stosowane procedury
	db	poprawnie prezentuje zadanie oraz tłumaczy stosowane procedury w sposób ogólny i/lub po sugestiach opiekuna uzupełniając wypowiedź;
	dst	w prezentowanym zadaniu koryguje błędy po odpowiedzi opiekuna oraz tłumaczy stosowane procedury w sposób ogólny i/lub po sugestiach opiekuna uzupełniając wypowiedź;
	ndst	Nie jest w stanie zaprezentować zadania, nie przeprowadza ich nawet po ustnych korektach opiekuna. Nie uczestniczył w zajęciach
K_W10 K_W11 K_U01 K_U03 K_U07	bdb	bezbłędnie prezentuje zadanie, wyczerpująco tłumacząc stosowane procedury
	db	poprawnie prezentuje zadanie oraz tłumaczy stosowane procedury w sposób ogólny i/lub po sugestiach opiekuna uzupełniając wypowiedź;
	dst	w prezentowanym zadaniu koryguje błędy po odpowiedzi opiekuna oraz tłumaczy stosowane procedury w sposób ogólny i/lub po sugestiach opiekuna uzupełniając wypowiedź;
	ndst	Nie jest w stanie zaprezentować zadania, nie przeprowadza ich nawet po ustnych korektach opiekuna. Nie uczestniczył w zajęciach
27. Uwagi: o – student osiągnął wymagane efekty kształcenia no – student nie osiągnął wymaganych efektów kształcenia		

Zatwierdzono:

.....
(data i podpis)