

Przedmiot: LEKKOATLETYKA NIEPEŁNOSPRAWNYCH

I. Informacje ogólne

Jednostka organizacyjna	Wydział Rehabilitacji Zakład Sportu Niepełnosprawnych Kierownik: Bartosz Molik
Nazwa przedmiotu	Lekkoatletyka niepełnosprawnych
Kod przedmiotu	FII-19
Język wykładowy	Polski
Rodzaj przedmiotu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Poziom (np. pierwszego lub drugiego stopnia)	II stopnia
Rok studiów	I
Semestr (zimowy, letni)	letni
Liczba punktów ECTS	1,5
Imiona i nazwiska tytuł/ stopień naukowy, adres e-mailowy wykładowców prowadzących zajęcia	Dr Izabela Rutkowska; izarutkowsk7@tlen.pl mgr Grzegorz Bednarczyk; gbedna@poczta.onet.pl
Program (programy) studiów, w którym realizowany jest przedmiot	Fizjoterapia
Sposób realizacji zajęć (stacjonarny, uczenie się na odległość)	Stacjonarny
Wymaganie wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji oraz dodatkowe	Wymagania wstępne. Przed przystąpieniem do przedmiotu student posiada wiedzę, umiejętności i kompetencje z zakresu: Teoria i Metodyka Nauczania Ruchu, Gry i Zabawy Niepełnosprawnych Wychowanie Fizyczne- Ćwiczenia Ogólnorozwojowe

II. Informacje szczegółowe

Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie studenta z metodyką nauczania oraz techniką wybranych konkurencji lekkoatletycznych dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności.
C2	Zapoznanie studenta z praktycznymi umiejętnościami w zakresie wybranych konkurencji lekkoatletycznych oraz Nordic Walking
C3	Zapoznanie studenta ze specyfiką prowadzenia zajęć aktywności rekreacyjnej i sportowej dla osób starszych oraz osób z niepełnosprawnością

Efekty kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu

Efekt kształcenia kierunkowy	Treść efektu kształcenia dla przedmiotu	Odniesienie do celów	Odniesienie do efektów obszarowych
Wiedza			
K_W16 Posiada wiedzę w zakresie doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej oraz dyscyplin sportu niepełnosprawnych w rehabilitacji kompleksowej i podtrzymywaniu sprawności osób ze specjalnymi potrzebami	<p>1. Potrafi opisać specyfikę różnych konkurencji lekkoatletycznych uwzględniając zasady organizacji oraz klasyfikacji zawodników z niepełnosprawnością</p> <p>2. Posiada wiedzę na temat doboru różnych metody, formy i środki stosowanych w przygotowaniu kondycyjnym i technicznym w lekkoatletyce osób zdrowych i ze specjalnymi potrzebami</p> <p>3. Posiada wiedzę na temat wykorzystania Nordic Walking w treningu zdrowotnym oraz dla osób starszych i ze specjalnymi potrzebami</p>	C1, C2, C3	M2A_W06, M2A_W10
Umiejętności			
K_U15 Potrafi inicjować, organizować i realizować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną, promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności	1. Potrafi realizować działania ukierunkowane na promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności wykorzystując lekkoatletyczne formy ruchu oraz Nordic Walking	C1, C2, C3	M2A_U10, M2A_U12

<p>K_U19 Posiada umiejętności w zakresie adaptowanej aktywności fizycznej i sportu niepełnosprawnych dla programowania, doboru, modyfikowania oraz tworzenia i nauczania różnych form zajęć rekreacyjnych i sportowych z osobami ze specjalnymi potrzebami</p>	<p>1.Potrafi scharakteryzować wybrane grupy niepełnosprawnych pod kątem zasad i metod stosowanych w lekkiej atletyce 2.Posiada zaawansowane umiejętności modyfikowania oraz tworzenia i nauczania różnych form zajęć sportowych opartych na lekkoatletycznych formach ruchu dla osób ze specjalnymi potrzebami 3.Potrafi ocenić poziom sprawności fizycznej osób ze specjalnymi potrzebami (umie zastosować testy sprawności fizycznej) i na tej podstawie indywidualnie dostosować odpowiednie formy i środki stosowane w treningu lekkoatletycznym</p>	<p>C1, C2, C3</p>	<p>M2A_U10, M2A_U12 M2A_U05</p>
<p>K_U20 Posiada zaawansowane umiejętności organizacji, modyfikowania i tworzenia różnych form dyscyplin sportowych, treningu sportowego oraz zawodów sportowych dla osób niepełnosprawnych z różnymi dysfunkcjami</p>	<p>1.Posiada umiejętności organizacji wstępnego etapu treningu lekkoatletycznego dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności</p>	<p>C1, C2, C3</p>	<p>M2A_U10 M2A_U11, M2A_U12</p>
Kompetencje społeczne			
<p>K_K10 Potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia i promocję zdrowia w trakcie działań związanych z</p>	<p>1.Potrafi formułować opinie dotyczące różnych aspektów lekkoatletyki jako ważnej formy w procesie fizjoterapii 2.Potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia i promocję zdrowia. 3.Potrafi realizować zadania stosując zasady bezpieczeństwa.</p>	<p>C3</p>	<p>M2A_K09</p>

wykonywanym zawodem i określić poziom sprawności niezbędny do wykonywania zawodu fizjoterapeuty			
---	--	--	--

Treści programowe

Treści programowe	Tytuł wykładu	Odniesienie do efektów kształcenia kierunkowych/przedmiotowych	Odniesienie do celów przedmiotu
Ćwiczenia:			
TP1	Wprowadzenie do zagadnienia lekkoatletyki osób z niepełnosprawnością. Specyfika prowadzenia zajęć sportowych z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Zasady bezpieczeństwa na zajęciach lekkoatletycznych.	K_W16/1,2,3	C2, C3
TP2	Zabawowe formy kształtowania szybkości, siły i wytrzymałości w treningu lekkoatletycznym dla osób ze specjalnymi potrzebami	K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/2,3	C3
TP3-4	Technika i metodyka nauczania biegów krótkich osób z dysfunkcjami sensorycznymi i fizycznymi. Możliwości nauczania startu niskiego w zależności od rodzaju dysfunkcji i schorzenia. Metody i środki stosowane w treningu szybkości z akcentem na ich przydatność w procesie usprawniania osób z specjalnymi potrzebami.	K_W15/1 K_W16/1,2 K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/1,2,3	C1,C2, C3
TP5-6	Technika i metodyka nauczania skoku w dal osób z dysfunkcjami sensorycznymi i fizycznymi. Możliwości nauczania skoku w dal w zależności od rodzaju dysfunkcji i schorzenia. Metody i środki stosowane w treningu skoczności z akcentem na ich przydatność w procesie usprawniania osób ze specjalnymi potrzebami.	K_W15/1 K_W16/1,2 K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/1,2,3	C1,C2, C3
TP7-8	Technika i metodyka nauczania pchnięcia kulą osób z dysfunkcjami sensorycznymi i fizycznymi. Możliwości nauczania pchnięcia kulą w zależności od rodzaju dysfunkcji i schorzenia. Metody i środki stosowane w nauczania pchnięcia kulą z akcentem na ich przydatność w procesie usprawniania osób z specjalnymi potrzebami. Ułatwianie i utrudnianie ćwiczeń - zastosowaniem sprzętu zastępczego w nauczaniu rzutów. Ćwiczenia	K_W15/1 K_W16/1,2 K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/1,2,3	C1,C2, C3

	statyczne i dynamiczne.		
TP9	Technika i metodyka nauczania rzutu dyskiem osób z dysfunkcjami sensorycznymi i fizycznymi. Możliwości nauczania rzutu dyskiem w zależności od rodzaju dysfunkcji i schorzenia. Metody i środki stosowane w zajęciach lekkoatletycznych z akcentem na ich przydatność w procesie usprawniania osób z specjalnymi potrzebami. Ułatwianie i utrudnianie ćwiczeń - zastosowaniem sprzętu zastępczego w nauczaniu rzutów. Ćwiczenia statyczne i dynamiczne.	K_W15/1 K_W16/1,2 K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/1,2,3	C1,C2, C3
TP10-11	Metodyka kształtowania wytrzymałości w biegach długich oraz w treningu zdrowotnym. Metody i środki stosowane w treningu wytrzymałości z akcentem na ich przydatność w procesie usprawniania osób z niepełnosprawnością i starszych.	K_W15/1 K_W16/1,2 K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/1,2,3	C1,C2, C3
TP12	Organizacja oraz przeprowadzenie wybranego testu sprawności fizycznej przydatnego w treningu lekkoatletycznym osób ze specjalnymi potrzebami.	K_W15/1 K_W16/1,2 K_U15/1 K_U19/1,2,3 K_K10/1,2,3	C1,C2, C3
TP13-15	Technika i metodyka nauczania Nordic Walking. Metody i środki stosowane w treningu zdrowotnym Nordic Walking z akcentem na ich przydatność w procesie usprawniania osób z niepełnosprawnością i starszych. Ocena umiejętności w zakresie techniki Nordic Walking.	K_W15/1 K_W16/1 K_U15/1 K_K10/1,2,3	C2, C3

Planowane formy/działania/metody dydaktyczne		
Treści programowe	Metoda dydaktyczna	Odniesienie do efektów kształcenia kierunkowych/ przedmiotowych
TP1 - TP15	pokaz, pokaz czynności, pokaz z objaśnieniem, instruktaż, ćwiczenia utrwalające, ćwiczenia przedmiotowe, nauczanie przez uczestnictwo w zajęciach sportowych, dyskusja dydaktyczna	K_W15/1 K_W16/1,2 K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/1,2,3
Środki dydaktyczne: Sprzęt lekkoatletyczny Sprzęt sportowo - rekreacyjny – różnego rodzaju piłki, piłki dźwiękowe, woreczki, szarfy, chorągiewki, znaczniki, liny, skakanki, ławeczki, materace, skrzynie gimnastyczne Osłony na oczy;		

✓ Wózki do aktywnej rehabilitacji

Metody i kryteria oceniania		
Efekt kształcenia dla przedmiotu	Treści programowe (TP)	Typy/ Metody oceniania D – oceniane diagnostyczne, F- ocenianie formujące, P – ocenianie podsumowujące * lub wybór z załączonej listy walidacji wyników
K_W15/1 K_W16/1,2 K_U19/1,2 K_U20/1 K_K10/1,2,3	TP1-TP 12; 14,15	Opracowanie konspektów i przeprowadzenie zajęć sportowych z wybranych konkurencji lekkoatletycznych (określony temat, wybrana grupa docelowa) – obserwacja poprawności prowadzenia – skala 2 – 5;
K_W15/1 K_W16/1 K_U15/1 K_K10/1,2,3	TP13	Obserwacja poprawności wykonania ćwiczenia praktycznego – skala 2 – 5

*D – ocena przypadku, rozpoznanie, F – sprawdzian pisemny, dyskusja, obserwacja, P - egzamin pisemny lub wybór z załączonej walidacji wyników.

Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe
<p>Literatura obowiązkowa</p> <ol style="list-style-type: none">1. Iskra J. (red.) [2004]: Lekkoatletyka. Podręcznik dla studentów. AWF Katowice2. Iskra J., Wojna J. (2008): Atlas ćwiczeń lekkoatletycznych dla dzieci i młodzieży. Politechnika Opolska.3. Kosmol A (red.) [2008]: Teoria i metodyka sportu niepełnosprawnych, AWF Warszawa4. Pramann, U., Schaufe, B., Dąbrówka, M. (2007): Nordic Walking: program treningowy dla seniorów, (Warszawa: Oficyna Wydawnicza Interspar Sp. z o.o.).5. Rutkowska I., Kosmol A. (2010). Sprawność i aktywność fizyczna osób niewidomych. Wyniki badań i zastosowania praktyczne, Studia i Monografie nr 134, AWF, Warszawa.6. Vanlandewijck Y., Thompson W. (Ed.) [2011]: The paralympic athlete. Handbook of Sports Medicine and Science. Wiley-Blackwell. <p>Literatura uzupełniająca</p> <ol style="list-style-type: none">1. Szelest Z., Sulisz S. (1985) Lekkoatletyka. Zbiór ćwiczeń ogólnych i specjalnych. WsiT2. Bondarowicz M. (2002): Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. COS Warszawa3. Chow J.W., Kuenster A.F., Lim Y. [2003]: Kinematic Analysis of Javelin Throw Performed by Wheelchair Athletes of Different Functional. "Journal of Sport Science and Medicine" Vol. 2, pp. 36 – 44. Figurska, M., Figurski, T (2008): Nordic Walking dla Ciebie: poradnik dla instruktorów rekreacji ruchowej, (Warszawa: Interspar).5. Depauw K.P., Gavron S.J. (2005): Disability Sport. Human Kinetics6. Gawlik K., Zwierzchowska A. [2006]: Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży głuchej i słabosłyszącej. AWF Katowice7. Gawlik K., Zwierzchowska A. [2006]: Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną. AWF Katowice8. Sembrowski A. [1988]: Specyfika treningu lekkoatletycznego niewidomych (na przykładzie rzutu dyskiem. Sport Wyczynowy, 7–8: 41–45.9. Talaga J. [1995]: A-Z sprawności fizycznej. Atlas ćwiczeń. Ypsilon, Warszawa10. Torralba M.A., de Fuentes M., Padullas J.M., Ubach D. [2007]: Analysis of performance in athletic

events involving participants with a physical and visual disability. (W:) Higgs C., Vanlandewijck Y. (red.): Perspectives. The Multidisciplinary Series of Physical Education and Sport Science. ICSSPE, 7: 127–149.

11. Stawczyk Z. (1998): Gry i zabawy lekkoatletyczne. AWF Poznań

12. Żukowski (red.) [2001]: Lekka atletyka. Technika, metodyka, ćwiczenia specjalne. AWF Warszawa

Punkty ECTS - 1 pkt - 30 godz. pracy studenta (kontaktowych + samodzielnych)

RODZAJ ZAJĘĆ	GODZINY
Godziny kontaktowe	30
Przygotowanie do zajęć	7
Zapoznanie się z zalecaną literaturą	8
Razem = 45 godz. = 1,5 ECTS	

Wydział Rehabilitacji AWF Warszawa