

Przedmiot: LEKKOATLETYKA NIEPEŁNOSPRAWNYCH

I. Informacje ogólne

Jednostka organizacyjna	Wydział REHABILITACJI Katedra Nauczania Ruchu
Nazwa przedmiotu	Lekkoatletyka niepełnosprawnych
Kod przedmiotu	FV-46
Język wykładowy	Polski
Rodzaj modułu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	obowiązkowy
Poziom modułu kształcenia (np. pierwszego lub drugiego stopnia)	Jednolite studia 5 letnie
Rok studiów	III
Semestr	VI
Liczba punktów ECTS	1,5
Imiona i nazwiska wykładowców	Dr hab. Izabela Rutkowska Dr Grzegorz Bednarczuk
Program (programy) studiów, w którym realizowany jest przedmiot	FIZJOTERAPIA
Sposób realizacji zajęć (stacjonarny, uczenie się na odległość)	stacjonarny
Wymaganie wstępne i dodatkowe	Wymagania wstępne. Przed przystąpieniem do modułu student posiada wiedzę z zakresu: Gier i zabaw ruchowych Teorii nauczania ruchu Wychowania fizycznego – zajęcia 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 uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu			
Efekt uczenia się - standard	Efekty uczenia się dla przedmiotu	Odniesienie do celów	Odniesienie charakterystyk II stopnia
Wiedza			
W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie: C.W6. teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych; O.W9. specjalistyczne zagadnienia z zakresu teorii, metodyki i praktyki fizjoterapii; O.W11. zagadnienia związane z kształtowaniem, podtrzymywaniem i przywracaniem sprawności oraz wydolności osobom w różnym wieku, w tym osobom starszym, utraconej lub obniżonej wskutek różnych chorób lub urazów, a także zasady promocji zdrowia – w stopniu zaawansowanym F.W7. zasady doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej oraz dyscyplin sportowych osób z niepełnosprawnościami w rehabilitacji kompleksowej i podtrzymywaniu sprawności osób ze specjalnymi potrzebami	1. Ma wiedzę na temat bezpieczeństwa i organizacji zajęć lekkoatletycznych dla osób pełnosprawnych i ze specjalnymi potrzebami 2. Zna ogólne zasady doboru różnych form, metod i środków w zajęciach lekkoatletycznych 3. Potrafi opisać specyfikę różnych konkurencji lekkoatletycznych uwzględniając zasady organizacji oraz klasyfikacji zawodników z niepełnosprawnością 4. Posiada wiedzę na temat wykorzystania Nordic Walking w treningu zdrowotnym oraz dla osób starszych i ze specjalnymi potrzebami	C1, C2, C3	P7SM_WG P7SM_WK
Umiejętności			

W zakresie umiejętności absolwent potrafi: O.U06. zastosować działania z zakresu adaptowanej aktywności fizycznej i sportu osób z niepełnosprawnościami dla planowania, doboru, modyfikowania oraz tworzenia różnych form zajęć rekreacyjnych i sportowych dla osób ze specjalnymi potrzebami, w tym osób starszych; O.U08. wykazać wysoką sprawność fizyczną niezbędną do poprawnego demonstrowania i wykonywania zabiegów z zakresu kinezyterapii, masażu i terapii manualnej oraz stosowania metod specjalnych u osób z różnymi chorobami, dysfunkcjami oraz z różnym rodzajem i stopniem niepełnosprawności; O.U10. inspirować inne osoby do uczenia się oraz podejmowania aktywności fizycznej; C.U6. dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego; C.U7. wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń; C.U13. poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami,	1. Potrafi zaplanować i kontrolować proces uczenia się umiejętności niezbędnych w różnych konkurencjach lekkoatletycznych z uwzględnieniem metodyki nauczania ruchu oraz z wykorzystaniem fachowego nazewnictwa	C1, C2, C3	P7SM_UW P7SM_UK P7SM_UO
	2. Potrafi scharakteryzować wybrane grupy niepełnosprawnych pod kątem zasad i metod stosowanych w lekkiej atletyce. 3. Posiada zaawansowane umiejętności modyfikowania oraz tworzenia i nauczania różnych form zajęć sportowych opartych na lekkoatletycznych formach ruchu dla osób ze specjalnymi potrzebami 4. Potrafi wykorzystać formy aktywności w doskonaleniu własnych umiejętności ruchowych oraz kształtowaniu zdolności motorycznych i treningu zdrowotnego 5. 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 6. Posiada umiejętności ruchowe oraz odpowiedni poziom sprawności fizycznej specjalnej niezbędny do realizacji zajęć lekkoatletycznych 7. Posiada umiejętności ruchowe z zakresu Nordic Walking uwzględniając ćwiczenia wykorzystywane w treningu zdrowotnym oraz ogólnousprawniającym	C3, C4	

w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej; F.U4. wykazać specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej			
Kompetencje społeczne			
W zakresie kompetencji społecznych absolwent jest gotów do: O.K3. Prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty	1. Potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia oraz ideę sprawności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie 2. Potrafi krytycznie oceniać poziom sprawności oraz dokonywać weryfikacji proponowanych rozwiązań, 3. Potrafi uczestniczyć w zajęciach lekkoatletycznych i w treningu zdrowotnym	C1, C2, C3	P7SM_KK P7SM_KO P7SM_KR

Treści programowe			
	Tytuł	Odniesienie do efektów kształcenia standard/ przedmiotowych	Odniesienie do celów przedmiotu
Ćwiczenia/ zajęcia praktyczne			
TP1	Wprowadzenie do zagadnienia lekkoatletyki osób z niepełnosprawnością. Specyfika prowadzenia zajęć sportowych z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Zasady bezpieczeństwa na zajęciach lekkoatletycznych.	C.W6/2 O.K9/3 O.K1/2,3	C1
TP2	Zabawowe formy kształtowania szybkości, siły i wytrzymałości w treningu lekkoatletycznym dla osób ze specjalnymi potrzebami	O.U10/2,4 C.W6/2,3 C.U7/2,4,5 O.K9/3 O.K1/1,2	C1, C2, 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 ze specjalnymi potrzebami.	C.W6/2/3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	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.	C.W6/2/,3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	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 ze specjalnymi potrzebami. Ułatwianie i utrudnianie ćwiczeń - zastosowaniem sprzętu zastępczego w nauczaniu rzutów. Ćwiczenia statyczne i dynamiczne.	C.W6/2/,3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	C1, C2, C3
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 ze specjalnymi potrzebami. Ułatwianie i utrudnianie ćwiczeń - zastosowaniem sprzętu zastępczego w nauczaniu rzutów. Ćwiczenia statyczne i dynamiczne.	C.W6/2/,3 O.U06/2,3,4 O.U18/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	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.	C.W6/2/,3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	C1, C2, C3
TP12	Organizacja oraz przeprowadzenie wybranego testu sprawności fizycznej przydatnego w treningu lekkoatletycznym osób ze specjalnymi potrzebami.	C.W6/2/,3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	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.	C.W6/2/,3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	C1, C2, C3

Planowane formy / działania / metody dydaktyczne		
Treści programowe	Metoda dydaktyczna	Odniesienie do efektów uczenia się ze standardu
TP1	Wykład informacyjny	C.W6/2 O.K9/3 O.K1/2,3
TP2-15	Ćwiczenia	C.W6/2/3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4C.U13
Środki dydaktyczne: Zajęcia praktyczne (ćwiczenia) - pokaz metodyczny z udziałem studentów, pokaz z objaśnieniem, ćwiczenia, dyskusja, wyjaśnienia, ćwiczenia utrwalające; Wykorzystanie sprzętu lekkoatletycznego oraz adaptacji niezbędnych dla osób z niepełnosprawnościami w wybranych konkurencjach		

Metody i kryteria oceniania		
Efekt uczenia się dla przedmiotu według standardu	Treści programowe (TP)	Typy / Metody oceniania D – ocenianie diagnostyczne, F- ocenianie formujące, P – ocenianie podsumowujące * lub wybór z załączonej listy walidacji wyników
C.W6/2 O.K9/3 O.K1/2,3	TP1	- obecność na wykładzie
C.W6/2/3 O.U06/2,3,4 O.U08/4,5 O.U10/2,4 C.U6/1,3,4 C.U7/2,4,5 C.U13/1,3,4	TP2-TP15	- obecność na ćwiczeniach, udział w pokazach metodycznych - Opracowanie konspektów i przeprowadzenie zajęć sportowych z wybranych konkurencji lekkoatletycznych (określony temat, wybrana grupa docelowa) – obserwacja poprawności prowadzenia – skala 2 – 5;

Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe
Literatura obowiązkowa: 1. Iskra J., Wojna J. (2008): Atlas ćwiczeń lekkoatletycznych dla dzieci i młodzieży. Politechnika Opolska. 2. Iskra J., Wojna J. (2009): Lekkoatletyczne formy rekreacji ruchowej. AWF Katowice 3. Stawczyk Z. (1998): Gry i zabawy lekkoatletyczne. AWF Poznań 4. Thompson PJL. (2009): Biegaj! Skacz! Rzucaj! IAAF 5. Thompson PJL. (2009): Podstawy treningu lekkoatletycznego. IAAF 6. Kosmol A (red.) [2008]: Teoria i metodyka sportu niepełnosprawnych, AWF Warszawa 7. Pramann, U., Schaufe, B., Dąbrowska, M (2007): Nordic Walking: program treningowy dla seniorów, (Warszawa: Oficyna Wydawnicza Interspar Sp. z o.o.).

8. Rutkowska I., Kosmol A. (2010). Sprawność i aktywność fizyczna osób niewidomych. Wyniki badań i zastosowania praktyczne, Studia i Monografie nr 134, AWF, Warszawa.
9. Vanlandewijck Y., Thompson W.(Ed.) [2011]: The paralympic athlete. Handbook of Sports Medicine and Science. Wiley-Blackwell.

Literatura uzupełniająca

Literatura uzupełniająca:

1. Bondarowicz M. (2002): Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. COS Warszawa
2. Gawlik K., Zwierzchowska A. (2006): Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży głuchej i słabosłyszącej. AWF Katowice
3. Figurska, M., Figurski, T (2008): Nordic Walking dla Ciebie: poradnik dla instruktorów rekreacji ruchowej, (Warszawa: Interspar).
4. Depauw K.P., Gavron S.J. (2005): Disability Sport. Human Kinetics
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. Serafin J. (1987): Gry i zabawy dla dzieci niewidomych i słabowidzących. Zeszyty tyflogiczne 5, PZN, Warszawa
7. Szelest Z., Sulisz S. (1985): Lekkoatletyka. Zbiór ćwiczeń ogólnych i specjalnych. WsiT.
8. Talaga J. (1995): A-Z sprawności fizycznej. Atlas ćwiczeń. Ypsilon, Warszawa
9. Szelest Z., Sulisz S. (1985): Lekkoatletyka. Zbiór ćwiczeń ogólnych i specjalnych. WsiT
9. Żukowski (red.) [2001]: Lekka atletyka. Technika, metodyka, ćwiczenia specjalne. AWF Warszawa

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

RODZAJ ZAJĘĆ	GODZINY
Godziny kontaktowe	30
Przygotowanie do zajęć	5
Zapoznanie się ze wskazaną literaturą	5
Napisanie projektu	5
Razem = 45 godz. = 1,5 ECTS	