

SPECJALIZACJE INSTRUKTORSKIE	nr w planie studiów	ECTS
Instruktor sportu – Narciarstwo klasyczne	43	11

Profil kształcenia	praktyczny
Wydział / Kierunek	Wychowanie Fizyczne / Sport
Jednostka organizacyjna	Zakład Sportów Wodnych i Zimowych
Poziom studiów	I°
Rok, semestr	III rok, sem. 5,6
Język wykładowy	Polski
Tryb studiów	stacjonarne
Forma zajęć: wykłady / ćwiczenia	45 / 60
Forma zaliczenia	Zo5, Zo6, E6
Charakter zajęć	fakultatywny

CELE PRZEDMIOTU

Celem przedmiotu jest przygotowanie wykwalifikowanej kadry instruktorskiej w zakresie szkolenia narciarstwa biegowego. Głównym zadaniem szkolenia jest nauczanie i doskonalenie techniki biegu narciarskiego, ewolucji zjazdowych oraz zapoznanie z metodyką nauczania. Zapoznanie z zakresem wiedzy teoretycznej zawartej w tematyce wykładów. Przygotowanie studentów do prowadzenia zajęć z narciarstwa biegowego w klubach, szkołach i związkach sportowych oraz organizowania zawodów w narciarstwie klasycznym.

Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	Przedmiotowe efekty kształcenia w zakresie wiedzy (P_W), umiejętności (P_U) i kompetencji społecznych (P_S)	Odniesienie do efektów obszarowych
K_W01 K_W08 K_W10	P-W01 Student zna i prawidłowo opisuje teoretyczne składowe techniki biegu i zjazdu na nartach biegowych. Zna różnice i charakterystykę poznanych technik biegu na nartach i ewolucji skrętnych oraz prawidłowo definiuje, objaśnia i formułuje treści związane z nauczaniem narciarstwa biegowego.	M1_W02 M1_W07 M1_W10
K_W08	P-W02 Student zna zasady wykorzystywania metodyki i techniki biegu na nartach w praktyce. Zna zasady wdrażania w proces szkolenia zagadnień dotyczących procesu dydaktycznego i metodyki nauczania narciarstwa biegowego.	M1_W07 M1_W10
K_W10 K_W13	P-W03 Student potrafi wyjaśnić zasady i przepisy organizowania zawodów w narciarstwie biegowym, dobrać odpowiednie do wieku i zaawansowania uczestników formy ich rozgrywania.	M1_W08 M1_W10
K_W08 K_W10	P-W04 Student zna potrzebę i potrafi przeprowadzić specjalistyczną rozgrzewkę ukierunkowaną na szkolenie z zakresu narciarstwa biegowego.	M1_W07 M1_W10
K_W08 K_W13	P-W05 Zna zasady przygotowania, organizowania i przeprowadzania szkolenia z zakresu narciarstwa biegowego dla ludzi w różnym wieku i o różnym poziomie umiejętności	M1_W07 M1_W08 M1_W10
K_U03 K_U13	P-U01 Umie prawidłowo demonstrować elementy techniki biegu i jazdy na nartach biegowych	M1_U01 M1_U07 M1_U08 M1_U10 M1_U11
K_U03 K_U14 K_U15	P-U02 Umie weryfikować, korygować i właściwie oceniać efekty kształcenia. Potrafi dobrać środki i metody treningowe w zależności od wieku i poziomu zaawansowania ćwiczących.	M1_U02 M1_U05 M1_U07 M1_U08 M1_U09 M1_U10 M1_U11
K_U11	P-U03 Student potrafi posługiwać się prawidłowym nazewnictwem obowiązującym w nauczaniu narciarstwa biegowego.	M1_U03 M1_U11 M1_U13
K_U03 K_U10 K_U14 K_U15	P-U04 Jest elastyczny w szkoleniu i umie dostosować treści zajęć do warunków terenowo-śniegowych i atmosferycznych. Dbą o	M1_U01 M1_U02 M1_U04 M1_U05

*Akademia Wychowania Fizycznego
Józefa Piłsudskiego w Warszawie*

	zasady bezpieczeństwa	M1_U07 M1_U08 M1_U09 M1_U10 M1_U11
K_U01	P-U05 Potrafi zorganizować i przeprowadzić zawody w narciarstwie biegowym oraz imprezę sportowo-rekreacyjną o tematyce narciarskiej.	M1_U03 M1_U09 M1_U10 M1_U13
K_K05 K_K06 K_K10	P-S01 Student będzie aktywnie i chętnie promował i prowadził bezpieczne szkolenie z zakresu narciarstwa biegowego wśród osób w różnym wieku.	M1_U02 M1_U04 M1_U05 M1_U06 M1_K07
K_K01 K_K03 K_K04 K_K07 K_K08	P-S02 Postępuje zgodnie z zasadami etyki instruktorskiej. Systematycznie doskonali się w zakresie techniki i metodyki nauczania narciarstwa biegowego	M1_U01 M1_U03 M1_U04 M1_K05 M1_K06 M1_K07 M1_U08

LITERATURA

podstawowa	Kołodziej R. (2009) . 90 lat na śniegu. Historia Polskiego Związku Narciarskiego. PZN Kraków. Krasicki Sz. (2010). Narciarstwo biegowe. Studia i Monografie nr 63. AWF Kraków. Narciarski Regulamin Sportowy (2010). PZN Kraków Program nauczania narciarstwa biegowego (2010). Kraków SITN PZN. Sadowski G. (1996) Technika i metodyka nauczania biegu na nartach. Skrypt AWF Warszawa. Sadowski G. (2012). Drogi rozwoju narciarstwa biegowego na świecie i w Polsce. Copurigt by Amer Sports.
uzupełniająca	Lenkiewicz W. S. red. (1996). Narty. Poradnik narciarski. Pro Ambitus Kraków. Sadowski G. (2005). Na nartach biegowych. Podróżnik, Warszawa. Neuhorn S. , Sadowski G. (2006). Zeszyt naukowo – metodyczny. Obozy zimowe – przewodnik do zajęć. AWF Warszawa