

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku

KARTA OPISU ZAJĘĆ (SYLABUS) W CYKLU KSZTAŁCENIA 2019/2021

Jednostka Organizacyjna:	Zakład Sportów Walki					Kierunek: Wychowanie fizyczne		
Poziom studiów (I stopień/II stopień/ jednolite studia magisterskie)	II stopień							
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	praktyczny							
Nazwa zajęć (przedmiotu):	Specjalizacja Trenerska – Judo							
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne): <i>stacjonarne</i>	Rok	Semestr	Rodzaj zajęć	Liczba godzin		Punkty ECTS	Typ zajęć (obligatoryjny do wyboru)	Język wykładowy
				stacjonarne	niestacjonarne			
	2	3-4	<i>wykłady</i>	50	-	4	Do wyboru	polski
		<i>ćwiczenia</i>	200	-	16			
Nauczyciel(-e) odpowiedzialny(-i) za zajęcia (przedmiot): Beata Wolska								
E-mail: beata.wolska@wp.pl								
Wymagania wstępne:								
Ukończona specjalizacja Instruktorska Judo								
Cele zajęć (przedmiotu):								
Przygotowanie studentów do pracy dydaktycznej, organizacyjnej i wychowawczej w zawodzie Trenera Judo z osobami na każdym etapie szkolenia sportowego w szkołach, w klubach i innych organizacjach sportowych.								

Opis efektów uczenia się dla zajęć oraz ich powiązanie z efektami uczenia się dla kierunku

WIEDZA		
W1	Zna zasady, formy, środki i metody treningu judo oraz czynniki warunkujące rozwój judo jako sportu rekreacyjnego i kwalifikowanego.	K_W11
W2	Zna i rozumie pojęcia związane z judo, sprawnością fizyczną w judo oraz uczeniem się i nauczaniem czynności ruchowych w dyscyplinie judo.	K_W13
UMIĘJĘTNOŚCI		
U1	Potrafi posługiwać się podstawowym językiem dyscypliny jaką jest judo.	K_U09
U2	Posiada standardowe umiejętności ruchowe z zakresu elementów technicznych judo (techniki rzutów, chwytów, podstawowe elementy techniczne judo).	K_U10
U3	Posiada umiejętność stosowania metod, form i środków w charakterystycznych w judo.	K_U11
KOMPETENCJE		
K1	Wykazuje inicjatywę i samodzielność w działaniach sportowych związanych z judo.	K_K06
K2	Realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo uczestnikom działań sportowych związanych z judo.	K_K07

Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów uczenia się:

Aby uzyskać zaliczenie zajęć (przedmiotu) na ocenę dostateczną student musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty uczenia się.

Metody oceny

- W1, W2, U1 – praca pisemna lub odpowiedź ustna
- W1, U2-U3, K1, K2 – ocena ekspercka

Kryteria oceny

- W1, W2, U1 - ocena pozytywna przy co najmniej 60% poprawnych odpowiedzi (forma zaliczenia pisemna, ustna)
- W1, U2, U3, K1, K2- zgodność ze standardem, ocena ekspercka, jakość techniczna, forma zaliczenia: demonstracja poszczególnych elementów technicznych i metodyki nauczania technik judo, ocena pozytywna przy co najmniej 60% poprawnych demonstracji, odpowiedzi ustnych.

Metody i formy realizacji zajęć (przedmiotu):	<ul style="list-style-type: none"> - wykład tradycyjny, wykład z wykorzystaniem sprzętu multimedialnego, - zajęcia o charakterze praktycznym, trening umiejętności, - indywidualne prace pisemne.
Treści kształcenia:	
<p><i>Wykłady:</i> <i>Pojęcia, kryteria identyfikacji i tożsamości sportów walki (czynnik: pragmatyczny, utylitarny, mentalny). Klasyfikacja sportów walki. Utylitarne i wychowawcze aspekty sportów walki. Aspekty wieloletniego szkolenia w sportach walki. Zabawowe formy walki jako element lekcji wychowania fizycznego. Metody badania sprawności fizycznej w judo. Cechy somatyczne zawodników judo. Historia judo w Japonii, w Europie i na świecie. Judo jako system edukacji. Wskaźniki przygotowania techniczno-taktycznego w judo (graficzna metoda rejestracji walki judo). Regulamin walki sportowej judo, organizacja zawodów sportowych , regulamin PZJUdo.</i></p>	
<p><i>Ćwiczenia:</i> <i>Podstawowe zabawowe formy walki i ich wykorzystanie w treningu judo oraz wychowaniu fizycznym. Podstawy techniki judo: postawy, sposoby poruszania się, wychylenia, sposoby uchwytu, pady,, asekuracja osoby współwiczącej. Techniki judo wg Kodokan Judo (go kyo, techniki katame waza, nage no kata). Metodyka nauczania technik judo w grupach osób różniących się wiekiem i poziomem sprawności. Organizacja zawodów sportowych judo,, Sędziowanie walki sportowej. Regulamin PZJUdo.</i></p>	
Forma zaliczenia:	Zaliczenie ćwiczeń na ocenę, na podstawie wykonanych przez studenta prac pisemnych oraz oceny eksperckiej umiejętności i kompetencji demonstrowanych w trakcie zajęć. Zaliczenie wykładów na ocenę na podstawie odpowiedzi ustnych, pracy pisemnej wykonanych przez studenta.
Literatura:	
<p><i>Podstawowa:</i> Podstawowa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adam M. (1984): Rejestracja i ocena techniczno-taktycznego przygotowania zawodników judo, „Zeszyty Metodyczne”, AWF, Gdańsk, s. 15–27. 2. Adam M. (2012): Wskaźniki przygotowania techniczno-taktycznego zawodników i zawodniczek judo jako kryterium kontroli poziomu wyszkolenia, AWFIS, Gdańsk. 3. Adams N., Yeon O. (2011): Judo Evolution. A guide to rulechanges and innovations. Ippon Books Ltd. 4. Błach W. (2005): Judo. Wybrane zagadnienia treningu i walki sportowej, Biblioteka Trenera, COS, Warszawa. 5. Jagiełło W. (1995): Szkolenie początkowe w judo, „Trening”, nr 2 (26), s. 174–182. 6. Jagiełło W. (2000): Przygotowanie fizyczne młodego sportowca, COS, Warszawa. 7. Kano J. (1986): Kodokan Judo, Kodansha International, New York. 8. Kalina R.M. (2000): Teoria sportów walki, COS, Warszawa. 9. Kalina R.M. (2002): Metoda pomiaru dynamiki walki w sportach walki, [W:] T. Ulatowski (red.), Zastosowanie metod naukowych na potrzeby sportu, Biblioteka PTNKF, Warszawa s. 245–256. 10. Laskowski R. (2006): Skuteczność techniczna i taktyczna zawodniczek reprezentacji Polski w judo w wieloletnim procesie treningowym, AWFIS, Gdańsk. 11. Wolska B. (2018): <i>Sprawność fizyczna a poziom sportowy zawodniczek judo na wybranych etapach wieloletniego szkolenia. AWFIS Gdańsk.</i> 	

Uzupełniająca:

1. Czajkowski Z. (1994): Nowe spojrzenie na etapy szkolenia (1). Ujęcie tradycyjne – analiza i wnioski, „Sport Wyczynowy”, nr 11–12, s. 7–17.
2. Czajkowski Z. (1995): Nowe spojrzenie na etapy szkolenia (2), „Sport Wyczynowy”, nr 1–2, s. 55–63.
3. Horae S. (1994): The Judo A-Z. Ippon Books Ltd.
4. Jagiełło W. (2000): Wieloletni trening judoków, Biblioteka Trenera, COS, Warszawa.
5. Jaskólski E. (1987): Judo jako środek działania w realizacji celów wychowania fizycznego, AWF, Wrocław.
6. Jaskólski E. (1996): Pedagogiczne aspekty rozwoju fizycznego dziecka, AWF, Wrocław.
7. Lech G., Pałka T., Tyka A., Jaworski J., Chwała W., Sterkowicz S., Ambroży T. (2015): Effect of motor abilities on the course of fight and achievement level in judokas at different age, „Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports”. Nr 11: s. 169–179 [on line: http://files.4medicine.pl/download.php?cfs_id=1420].
8. Maj A. (2008): Zmiany poziomu wybranych zdolności koordynacyjnych i umiejętności technicznych w trakcie pierwszego roku szkolenia chłopców, Praca doktorska, AWF, Gdańsk.
9. Otaki T., Draeger D.F. (1965): Judo For Young Men. Kodansha International Ltd.
10. Raczek J. (1991): Podstawy szkolenia sportowego dzieci i młodzieży, RCMSzKFis, Warszawa.
11. Sozański H. (red.) (1999): Podstawy teorii treningu sportowego, COS, Warszawa.
12. Szopa J., Mleczko E., Żak S. (1996): Podstawy Antropomotoryki. Warszawa-Kraków: PWN.

Bilans punktów ECTS (1 pkt ECTS – 25-30 godz. pracy studenta):

<i>Aktywność</i>	<i>Obciążenie studenta</i>	
	<i>stacjonarne</i>	<i>niestacjonarne</i>
Udział w wykładach	godz. 50	godz.
Samodzielne studiowanie tematyki wykładów	godz.50	godz.
Udział w ćwiczeniach	godz.200	godz.
Przygotowanie się do ćwiczeń	godz.100	godz.
Konsultacje	godz.10	godz.
Wykonanie prac zaliczeniowych	godz.50	godz.
Zawody sportowe	godz.40	godz.
	Całkowite obciążenie pracą studenta	godz.500
	Punkty ECTS za zajęcia (przedmiot)	ECTS 20