

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku

Katedra Promocji Zdrowia

Zakład Rekreacji i Turystyki kwalifikowanej



# Gry studyjne

Osoby prowadzące przedmiot:

1. Krzysztof Prusik, prof. nadzw. dr hab., e-mail: [prusik@hot.pl](mailto:prusik@hot.pl)
2. Kortas, Jakub, mgr, [jakubkortas@wp.pl](mailto:jakubkortas@wp.pl)
3. Katarzyna Prusik, dr, [prusikkatarzyna@gmail.com](mailto:prusikkatarzyna@gmail.com)



# Cel przedmiotu

---

1. Opanowanie aktualnej wiedzy ogólnej i specjalistycznej z zakresu teorii i praktyki aktywności fizycznej.
2. Opanowanie podstawowej wiedzy w zakresie nowych tendencji w organizacji i spędzaniu czasu wolnego.



# Zadania studenta

---

1. Doskonalenie technik ruchu niezbędnego do prawidłowego wykonania wybranych studyjnych form aktywności ruchowej
2. Doskonalenie umiejętności metodycznych i organizacyjnych związanych z przeprowadzeniem studyjnych imprez rekreacyjnych
3. Doskonalenie umiejętności programowania i planowania studyjnych zajęć rekreacyjnych.

# Warunki zaliczenia przedmiotu

1. Aktywny i świadomy udział w zajęciach programowych (przygotowanie teoretyczne i praktyczne do zajęć).
2. Praktyczne opanowanie techniki wybranych studyjnych form rekreacyjnych.
3. Prowadzenie fragmentów zajęć na ocenę.
4. Aktywny udział w organizacji zajęć praktycznych

# Przykłady gier studyjnych

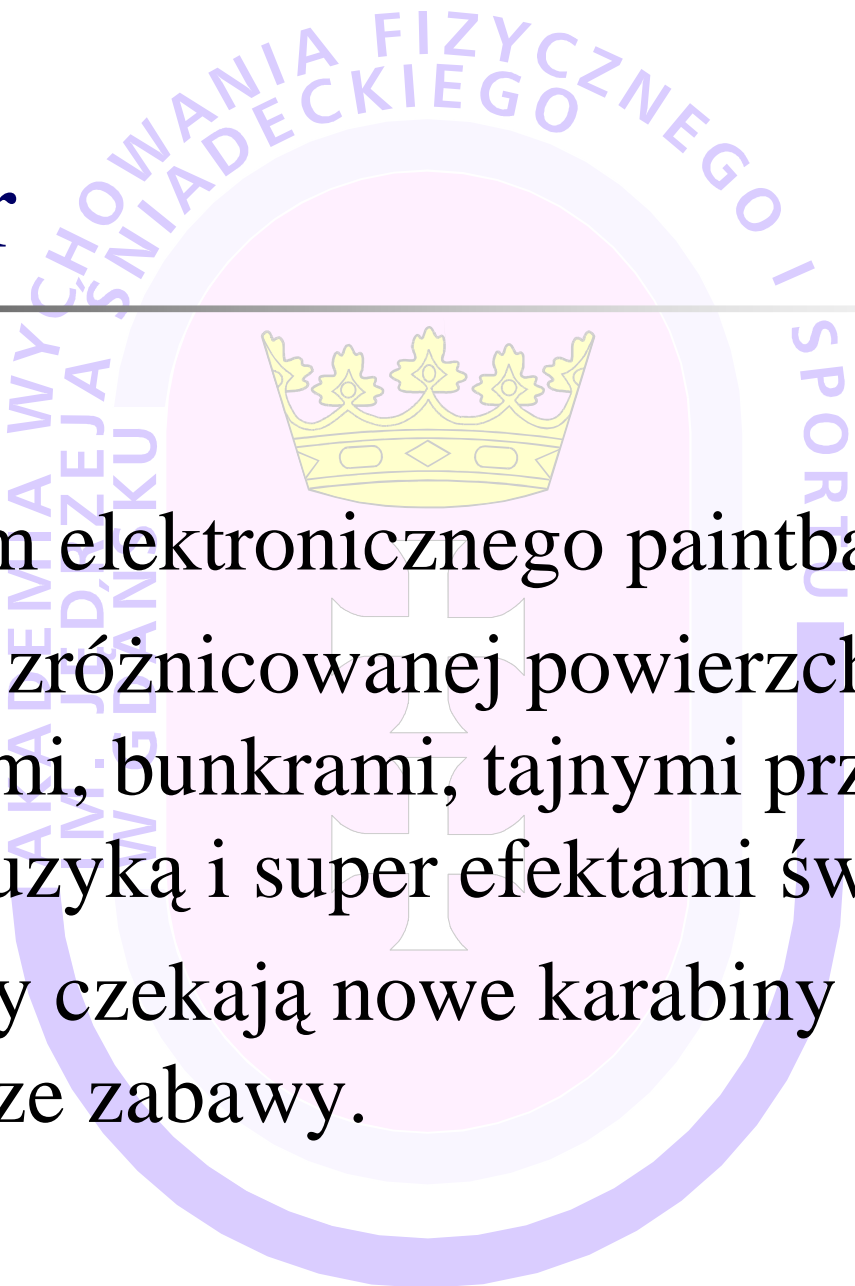
- ⑩ Zoltar
- ⑩ Symulatory i konsole
- ⑩ Bowling
- ⑩ Bilard
- ⑩ Gry planszowe





# Zoltar

---



To system elektronicznego paintballa.  
Obrzar o zróżnicowanej powierzchni z  
antresolami, bunkrami, tajnymi przejściami,  
głośną muzyką i super efektami świetlnymi.  
Na graczy czekają nowe karabiny UZI i super  
scenariusze zabawy.





# Symulatory i konsole

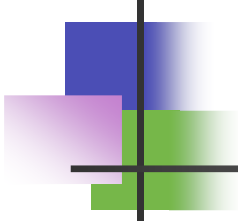
---

Wielbicieli rozrywki multimedialnej cieszą konsole rajdowe z kierownicą i fotelami rajdowymi oparte na grze ColinDirt2, ponadto na graczy czekają konsole PS3 i Wii z bogatym zestawem gier, a wielbicieli piłki nożnej rozrywka w grze PES2010.



# Bowling

Mało kto wie, że kręgle są jednym z najstarszych sportów na świecie, którą fascynowali się już Starożytni Egipcjanie. Najstarsze ślady uprawiania tej dyscypliny sportu sięgają aż do 3200 lat przed naszą erą. Istnieją natomiast przypuszczenia, iż tę formę zabawy mogli uprawiać już jaskiniowcy. Podobno w IV wieku w Niemczech kręgle były częścią ceremonii religijnych, zaś w XIV wieku w Anglii Król Edward III zakazał w końcu uprawiania tego sportu, głównie dlatego iż jego łucznicy poświęcali mu zbyt dużo czasu.



Bowling, który znamy obecnie narodził się w Stanach Zjednoczonych pod koniec XIX wieku. Pierwsze spisanie zasad gry nastąpiło 9 września 1895 roku. Wtedy też powstał pierwszy na świecie związek bowlingowy.

Gwałtowny wzrost zainteresowania nastąpił dopiero 50 lat później, kiedy to powstała pierwsza maszyna ustawiające kręgle i podająca kule.

Obecnie w bowling gra ponad 100 milionów ludzi w ponad 90 krajach.



# Układ zajęć

---

- ⑩ Zajęcia I (1 godz.) – teoretyczne wprowadzenie w problematykę gier studyjnych, rozdanie zadań
- ⑩ Zajęcia II (1 godz.) – weryfikacja i ułożenie planu zajęć praktycznych w terenie
- ⑩ Zajęcia III-V (3x3 godz.) – realizacja programu w terenie
- ⑩ Zajęcia VI – (4 godz.) – organizacja imprezy studyjnej

# Literatura przedmiotu

- ⑩ Jordan, Olson, Earnest, Morss, Church. *Metabolic cost of high intensity poling while Nordic Walking versus normal walking*. Med Sci Sports Exerc 33(5), S86, 2001.
- ⑩ Bondarowicz M. (1983): *Zabawy i gry ruchowe. Podstawy metodyczne*. Warszawa: AWF.
- ⑩ Bator A., Buła A., Stanek L. (2002): *Popularne gry rekreacyjne*. Kraków: AWF.
- ⑩ Chrostek L., Łabaj M. (1982): *Gry rekreacyjne – sport dla wszystkich*. Warszawa: TKKF.
- ⑩ Mielniczuk M., Staniszewski T. (1999): *Stare i nowe gry drużynowe*. Warszawa: Telbit.
- ⑩ Trzeźniowski R. (1995): *Zabawy i gry i ruchowe*. Warszawa: WSiP.