

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH						
WYDZIAŁ FIZJOTERAPII						
KIERUNEK: ODNOWA BIOLOGICZNA						
PROFIL KSZTAŁCENIA: PRAKTYCZNY						
GRUPA ZAJĘĆ	D. GRUPA ZAJĘĆ DO WYBORU					
Moduł	do Modułu 3C: Środki specjalne w odnowie biologicznej					
Nazwa zajęć	Wspinaczka halowa					
Rodzaj zajęć	Do wyboru					
Koordynator zajęć/ email	dr Artur Magiera / a.magiera@awf.katowice.pl					
Treści programowe zajęć oparte na dorobku naukowym pracowników AWF w Katowicach						Tak
Liczba godzin w poszczególnych semestrach i punkty ECTS	I ROK		II ROK		III ROK	
	sem. 1	sem. 2	sem. 3	sem. 4	sem. 5	sem. 6
Wykład (godz./ECTS)						
Ćwiczenia (godz./ECTS)			26/1	26/1	26/1	26/1
Praca własna (godz./ECTS)			26/1	26/1	26/1	26/1
OCENA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ	Zaliczenie na OCENĘ					
CELE ZAJĘĆ	C1. Zapoznanie studentów z bezpieczeństwem i podstawami organizacji zajęć na sztucznej ścianie wspinaczkowej. C2. Nauka podstawowych technik asekuracji i ruchu wspinacza.					
EFEKTY UCZENIA SIĘ	KOD EFEKTU, TRESC EFEKTU					
Wiedza – efekty wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna	K_W13 Zna zasady wykonywania zawodu w obszarze nauk o zdrowiu i kulturze fizycznej w tym zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia podczas prowadzenia treningu opartego o różne formy wysiłku fizycznego.					
Wiedza – efekty NIE wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna						
Umiejętności – efekty wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna	K_U10 Potrafi wykazać umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej (rekreacyjnych i zdrowotnych).					
Umiejętności – efekty NIE wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna						
Kompetencje społeczne wymienione w programie studiów kierunku Odnowa biologiczna	K_K07 Jest gotowy do przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób.					
WARUNKI WSTĘPNE	WW1: Minimum średnia sprawność fizyczna WW2: Brak przeciwwskazań zdrowotnych do wspinaczki (szczególnie przeciwwskazań kardiologicznych)					
TEMATYKA ZAJĘĆ	1. Wprowadzenie do przedmiotu, zakres tematyki ćwiczeń, piśmiennictwo, warunki zaliczenia przedmiotu. Asekuracja bez liny; 2. Podstawowe zasady poruszania się w ścianie połogiej. 3. Nauka asekuracji na wędkę. 4. Nauka podstawowych technik wspinaczkowych: rozpór, pchnij- pociągnij, zacieraczka. 5. Nauka bardziej zaawansowanych technik wspinaczkowych: ruch jaszczurki, skręt. 6. Gry i zabawy wspinaczkowe. 7. Organizacja zawodów rekreacyjnych ze wspinaczki.					
LITERATURA PODSTAWOWA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)	1. * Sonelski W. 1999. Wspinaczka halowa. PZA Warszawa; 2. * Sonelski W. Sas-Nowosielski K. 2002 Wspinaczka sportowa, zagadnienia wybrane, AWF Katowice; 3. * Sonelski W. Magiera A. 2005. Ćwiczenia i zabawy wspinaczkowe. PZA Warszawa.					
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA (* - numer z gwiazdką oznacza dzieło pracownika AWF w Katowicach)	1. Goddard D., Neumann U. 2000. Wspinaczka. Trening i praktyka. RM Warszawa; 2. Sonelski W., Orawiec W. (1999): Wspinaczka halowa DVD; 3. Horst E.J (2011): Trening wspinaczkowy. Wydawnictwo RM, Warszawa.					
WYBRANE PUBLIKACJE NAUKOWE PRACOWNIKÓW AWF W KATOWICACH DOTYCZĄCE TEMATYKI PRZEDMIOTU						

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Magiera A, Łukasik I, Rocznik R, Placek O. The effects of change in the safety rope protocol, hold size, and rest period on psychophysiological responses in sport rock climbers. <i>Human Movement</i>. 2019;20(2):34-43. doi:10.5114/hm.2019.79733; 2. Magiera A, Rocznik R, Sadowska-Krępa E, Kempa K, Placek O, Mostowik A. The Effect of Physical and Mental Stress on the Heart Rate, Cortisol and Lactate Concentrations in Rock Climbers. <i>J Hum Kinet</i>. 2018 Dec 31;65:111-123. doi: 10.2478/hukin-2018-0024; 3. Magiera A, Rocznik R, Maszczyk A, Czuba M, Kantyka J, Kurek P. The structure of performance of a sport rock climber. <i>J Hum Kinet</i>. 2013 Mar 28;36:107-17. doi: 10.2478/hukin-2013-0011; 4. Magiera A, Rocznik R. The climbing preferences of advanced rock climbers. <i>Human Movement</i>. 2013;14(3):254-264. doi:10.2478/humo-2013-0031.
METODY NAUCZANIA	pogadanka, pokaz, ćwiczenia ruchowe, dyskusja
POMOCE NAUKOWE	Ściana wspinaczkowa, podstawowy sprzęt wspinaczkowy, rzutnik multimedialny
PROJEKTY	
METODY ZALICZENIA	Zaliczenie praktyczne
KRYTERIA OCENY EFEKTÓW UCZENIA SIĘ	<p>KRYTERIA OCENY EFEKTÓW UCZENIA SIĘ: UMIĘJĘTNOŚCI/ ZALICZENIE PRAKTYCZNE</p> <p>2,0 – Student nie potrafi wykonać zadań praktycznych. Nie opanował materiału programowego przedmiotu.</p> <p>3,0 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu podstawowym tylko według typowego, jednego schematu. Wykazuje nieliczne braki w wiedzy.</p> <p>3,5 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu podstawowym przeważnie według jednego schematu.</p> <p>4,0 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu zadawalającym. Wykazuje opanowanie wiedzy w stopniu dobrym, poprawnie rozumuje w kategoriach przyczynowo – skutkowych.</p> <p>4,5 – Student potrafi wykonać oceniane zadania praktyczne w stopniu zadawalającym oraz potrafi wskazać rozwiązania alternatywne. W stopniu ponad przeciętnym opanował materiał programowy.</p> <p>5,0 – Student potrafi wykonać zadania praktyczne w stopniu wybitnym oraz potrafi wskazać i wykonać rozwiązania alternatywne. W stopniu ponad przeciętnym opanował materiał programowy.</p>