



KARTA OPISU PRZEDMIOTU - SYLABUS

Nazwa przedmiotu

Tenis [C_CS>Ten15]

Przedmiot

Kierunek studiów

Architektura/Architecture

Rok/Semestr

1/2

Studia w zakresie (specjalność)

Bionika i inżynieria wirtualna

Elektrochemia techniczna

Informatyzacja i robotyzacja wytwarzania

Informatyzacja produkcji

Inżynieria implantów i protezowania

Inżynieria przedsięwzięć budowlanych

Kompozyty i nanomateriały

Konstrukcja maszyn i urządzeń

Konstrukcje budowlane

Konstrukcje mechatroniczne

Logistyka łańcuchów dostaw

Logistyka przedsiębiorstwa

Materiały metalowe i tworzywa sztuczne

Nanomateriały

Pilotaż statków powietrznych

Silniki lotnicze i płatowce

Systemy logistyczne

Systemy pokładowe i napędy lotnicze

Systemy produkcyjne

Technologia organiczna

Technologia polimerów

Urządzenia medyczne i rehabilitacyjne

Wirtualna inżynieria projektowania

Zaopatrzenie w ciepło, klimatyzacja i ochrona powietrza

Zaopatrzenie w wodę, ochrona wód i gleby

Zarządzanie przedsiębiorstwem przyszłości

Zarządzanie zasobami i procesami przedsiębiorstw

Zintegrowane zarządzanie bezpieczeństwem organizacji

null

Poziom studiów

pierwszego stopnia

Język oferowanego przedmiotu

polski

Forma studiów

stacjonarne

Wymagalność

obieralny

Liczba godzin

Wykład

0

Laboratorium

0

Inne (np. online)

0

Ćwiczenia

Projekty/seminaria

Koordynatorzy

mgr Agata Ostrowska
agata.ostrowska@put.poznan.pl

Wykładowcy

mgr Artur Niedziółka
artur.niedziolka@put.poznan.pl

Wymagania wstępne

ogólna sprawność ruchowa posiadanie stroju sportowego posiadanie własnej rakietki tenisowej

Cel przedmiotu

Program nauczania tenisa oparty jest na nauce techniki gry od podstaw (dla studentów którzy dopiero zaczynają swoją przygodę z tą dyscypliną sportu) jak również doskonaleniu swoich umiejętności gry jak i zdolności motorycznych. Na zajęciach studenci podzieleni są na podgrupy w zależności od posiadanych umiejętności i stopnia zaawansowania sprawnościowego. Zajęcia zawsze rozpoczynamy ogólnorozwojową rozgrzewką, dalej przechodzimy do ćwiczeń przygotowawczych i metodycznych. W końcowej części zajęć staramy się wykorzystywać poznane elementy techniki w grze uproszczonej jak i właściwej. Pod koniec semestru na zajęciach organizujemy mały turniej tenisowy w obrębie grupy ćwiczebnej.

Przedmiotowe efekty uczenia się

Wiedza:

Znajomość reguł gry i przepisów sportowych w odniesieniu do wybranej dyscypliny w ramach zajęć z Wychowania Fizycznego.

Znajomość zasad prowadzenia zajęć ruchowych.

Umiejętności:

Zdolność samodzielnej oceny sytuacji na zajęciach w oparciu o przepisy i reguły w konkretnej dyscyplinie.

Umiejętność samodzielnego przeprowadzenia rozgrzewki w oparciu o założenia programu zajęć.

Umiejętność dostosowania trudności zadań do indywidualnych potrzeb w trakcie zajęć.

Umiejętność obiektywnej samooceny oraz reagowanie na jej wynik względem wymagań stawianych sobie.

Kompetencje:

Student zdobywa świadomość swojego ciała by umiejętnie dobierać ćwiczenia w celu jego kształtowania i prawidłowego rozwoju.

Student nabywa umiejętność działania w grupie poprzez wspólne analizowanie, dobieranie ćwiczeń, omawianie problemów oraz ocenę postępów.

Student nabywa umiejętności organizacyjnych przy prowadzeniu zajęć i organizowaniu podstawowej rywalizacji sportowej (mecze, turnieje itp.) zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz zasadami fair play.

Metody weryfikacji efektów uczenia się i kryteria oceny

Efekty uczenia się przedstawione wyżej weryfikowane są w następujący sposób:

Zaliczenie przedmiotu odbywa się poprzez aktywne i regularne uczestnictwo w zajęciach. Nieobecności bez obowiązku odrabiania i usprawiedliwiania możliwe są w opuszczeniu maksymalnie 1 zajęć przy 15 godzinach w semestrze. Student zobowiązany jest do odrobienia pozostałych nieusprawiedliwionych nieobecności oraz krótkoterminowych zwolnień lekarskich w porozumieniu ze swoim prowadzącym.

Możliwe jest odrobienie dwóch zajęć w tygodniu. W zajęciach z wychowania fizycznego można uczestniczyć maksymalnie 1 raz dziennie. Zajęcia należy odrobić w innym dniu niż zajęcia programowe.

Treści programowe

- oswojenie z rakieta (trzymanie taktety, różne uchwyty), piłką tenisową oraz poruszanie się po korcie
- nauka odbicia z forhendu
- nauka odbicia z bekhendu
- doskonalenie odbić z forhendu i bekhendu
- nauka serwisu

- doskonalenie serwisu
- nauka woleja i półwoleja
- nauka smeczka
- poznanie podstawowych przepisów gry w tenisa
- gra pojedyncza (singiel)
- gra podwójna (debel, mikst)
- turniej tenisowy w grupie (systemy rozgrywek tenisowych)

Metody dydaktyczne

- demonstracja i pokaz techniki gry
- omówienie i dyskusja poszczególnych uderzeń
- proste elementy gry po demonstracji studenci wykonują samodzielnie w całości
- elementy złożone dzielimy na części i etapy, następnie łączymy w całość
- wykorzystujemy gry i zabawy w nauczaniu tenisa

Literatura

Romer Adam: Tenis sport dla każdego. 2005 Wiedza i życie.

Drewett Jim.: Tenis. 2006. Jacek Olesiejuk.

Scholl Peter. Jak grać w tenisa. 2007 Muza

Bilans nakładu pracy przeciętnego studenta

	Godzin	ECTS
Łączny nakład pracy	15	0,00
Zajęcia wymagające bezpośredniego kontaktu z nauczycielem	15	0,00
Praca własna studenta (studia literaturowe, przygotowanie do zajęć laboratoryjnych/ćwiczeń, przygotowanie do kolokwium/egzaminu, wykonanie projektu)	0	0,00