



## KARTA OPISU PRZEDMIOTU - SYLABUS

Nazwa przedmiotu  
Tenis [C\_CS>Ten15]

### Przedmiot

Kierunek studiów Inżynieria biomedyczna/Biomedical Engineering	Rok/Semestr 2/3
Studia w zakresie (specjalność) Urządzenia medyczne i rehabilitacyjne	Profil studiów ogólnoakademicki
Poziom studiów drugiego stopnia	Język oferowanego przedmiotu polski
Forma studiów stacjonarne	Wymagalność obieralny

### Liczba godzin

Wykład 0	Laboratorium 0	Inne (np. online) 0
Ćwiczenia 0	Projekty/seminaria 0	

### Liczba punktów ECTS

0,00

### Koordynatorzy

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

### Wykładowcy

### 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 jak również doskonaleniu swoich umiejętności gry jak i zdolności motorycznych . Na zajęciach studenci podzieleni są na podgrupy w zależności od posiadanych umiejętności i stopnia zawansowania sprawnościowego. Zajęcia zawsze rozpoczynają się ogólnorozwojową rozgrzewką, a następnie ćwiczeniami przygotowawczymi i metodycznymi . W końcowej części zajęć poznane elementy techniki stosowane są w grze uproszczonej jak i właściwej. Pod koniec semestru na zajęciach odbywa się mały turniej tenisowy w obrębie grupy ćwiczebnej. Dla osób zainteresowanych indywidualnym rozwojem, proponujemy poszerzenie zakresu ćwiczeń o udział w treningach sekcji sportowej Klubu Uczelnianego AZS PP oraz udział w turniejach organizowanych w ramach rozgrywek akademickich.

### 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.

Możliwa jest 1 nieobecność bez obowiązku odrabiania i usprawiedliwiania przy 15 godzinach w semestrze.

Student zobowiązany jest do odrobienia pozostałych 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 maksymalnie 1 raz dziennie.

Zajęcia należy odrobić w innym dniu niż zajęcia programowe.

### Treści programowe

- trzymanie taktety, różne uchwyty
- poruszanie się po korcie
- odbicia z forhendu i bechendu
- rodzaje serwisu
- odbicia wolejem i półwolejem
- nauka smecza
- podstawowe przepisy gry w tenisa
- gra pojedyncza (singiel)
- gra podwójna (debel, mikst)
- turniej tenisowy w grupie
- systemy rozgrywek tenisowych)

### Tematyka zajęć

- oswojenie z rakieta (trzymanie taktety, różne uchwyty), piłką tenisową oraz poruszanie się po korcie
- nauka odbicia z forhendu
- nauka odbicia z bechendu
- doskonalenie odbić z forhendu i bechendu
- nauka serwisu
- doskonalenie serwisu
- nauka woleja i półwoleja
- nauka smecza
- poznanie podstawowych przepisów gry w tenisa
- gra pojedyncza (singiel)
- gra podwójna (debel, mikst)
- turniej tenisowy w grupie (systemy rozgrywek tenisowych)

### Metody dydaktyczne

- opis słowny
- pokaz
- ćwiczenia praktyczne

## 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 kolokwίων/egzaminu, wykonanie projektu)	0	0,00