

**Tabela porównania efektów uczenia się dla studiów podyplomowych z efektami uczenia się PRK**

Wydział prowadzący kierunek studiów	Wydział Wychowania Fizycznego
Kierunek studiów	<b>„Trener przygotowania motorycznego”</b>
Poziom kształcenia	Studia podyplomowe
Profil kształcenia	Praktyczny
Dziedzina /dyscyplina naukowa	<b>Nauki medyczne i nauki o zdrowiu / Nauki o kulturze fizycznej.</b>  Studia podyplomowe <b>Trener przygotowania motorycznego</b> mają charakter praktyczny. Ich celem jest przygotowanie do prowadzenia zajęć indywidualnych i w grupach z osobami w różnym wieku i w różnych dyscyplinach sportowych. Ze względu na swoją interdyscyplinarność i własną tożsamość studia zaliczane są do dyscypliny nauki o kulturze fizycznej. Takie miejsce studiów wynika ze wspólnego zainteresowania różnymi aspektami wymienionych zakresów w kontekście kształcenia motorycznego.
Nazwa kwalifikacji	trener przygotowania motorycznego
Członkowie Zespołu (imię i nazwisko)	dr hab. prof. AWF Jakub Adamczyk dr Anna Kęska dr Dorota Kamień
Rekomendowany poziom PRK dla kwalifikacji, uzasadnienie rekomendacji	Rekomendowany poziom PRK dla kwalifikacji cząstkowej to poziom 6. Efekty kształcenia (uczenia się) opracowane dla studiów podyplomowych Trener przygotowania motorycznego są w znacznym stopniu zbieżne z charakterystykami drugiego stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji dla poziomu 6. Słuchacze, w trakcie studiów podyplomowych, zdobywają pogłębioną wiedzy oraz doskonałą umiejętności praktyczne z zakresu obciążania organizmu człowieka wysiłkiem fizycznym o różnym charakterze (wysiłek rekreacyjny, trening sportowy).

Symbol	Efekty kształcenia (efekty kształcenia dla studiów podyplomowych, które już zostały zatwierdzone przez Senat Uczelni)	Odniesienie do uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK (1)	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia PRK (2)
	<b>WIEDZA</b>		
K_W01	Zna i rozumie podstawowe pojęcia z zakresu budowy i funkcjonowania organizmu człowieka oraz podstawowe procesy fizjologiczne zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego. Rozumie procesy adaptacji organizmu do wysiłku fizycznego.	P6U_W	P6S_WG
K_W02	Rozumie przebieg i znaczenie oddziaływania sił na układ ruchu w czasie aktywności fizycznej. Zna przebieg i procesy prawidłowego postępowania w czasie aktywności fizycznej przeciwdziałającego powstawaniu urazów.	P6U_W	P6S_WG
K_W03	Zna genetyczne, środowiskowe i somatyczne uwarunkowania motoryczności oraz jej podstawowe koncepcje i metody pomiaru. Rozumie znaczenie etapów rozwoju motorycznego w ontogenezie w procesie nauczania i uczenia się czynności ruchowych.	P6U_W	P6S_WG
K_W04	Zna podstawowe metody oceny procesów rozwojowych, a także metody oceny postawy ciała. Zna zasady korekcji najczęściej występujących zaburzeń rozwojowych. Rozumie znaczenie działań profilaktycznych w kształtowaniu zachowań zdrowotnych. .	P6U_W	P6S_WG
K_W05	Zna i rozumie podstawowe koncepcje i modele zdrowia oraz rozumie cele, zadania i funkcje treningu regeneracyjnego, nastawionego na odbudowę zdolności motorycznych po urazach. Posiada wiedzę z zakresu pierwszej pomocy.	P6U_W	P6S_WK
K_W06	Rozumie znaczenie metodycznego postępowania w procesie nauczania ruchu, zna i wie jak dobrać odpowiednie metody pozwalające na nauczanie zadań ruchowych w zróżnicowanych grupach.	P6U_W	P6S_WK
K_W07	Zna podstawowe zasady projektowania procesu kształtowania cech motorycznych w różnych etapach planu przygotowania ćwiczącego. Zna charakterystykę, wady i zalety metod kontrolowania poziomu poszczególnych cech motorycznych zarówno w warunkach treningowych jak i startowych. Zna zasady projektowania struktury obciążeń treningowych w pracy indywidualnej i grupowej. Wie jak stworzyć dokumentację procesu kształtowania cech motorycznych ćwiczącego.	P6U_W	P6S_WG
K_W08	Posiada podstawową wiedzę z zakresu żywienia osób o zwiększonej aktywności fizycznej i higieny organizmu. Zna najistotniejsze aspekty żywienia i suplementacji diety we współczesnym sporcie i rekreacji.	P6U_W	P6S_WG
K_W09	Zna różnice między rodzajami treningu, rozumie specyfikę treningu personalnego. Zna zasady i metody analizy ruchu pozwalające określić pożądane cechy motoryczne w zależności od ćwiczącego i obranej dyscypliny. Wie jak określić najistotniejsze cechy motoryczne w grach zespołowych oraz sportach indywidualnych.	P6U_W	P6S_WG
K_W10	Zna zastosowanie metod treningu relaksacyjnego. Zna procesy zachodzące w organizmie pod wpływem wybranych zabiegów odnowy biologicznej. Zna metody motywacji w sporcie. Wie czym charakteryzują się	P6U_W	P6S_WK

	metody kształtowania nastawienia psychicznego zawodnika. Zna zastosowanie i specyfikę treningu mentalnego.		
K_W11	Wie jak prowadzić dokumentację wyników w programach komputerowych. Zna podstawowe metody analizy statystycznej.	P6U_W	P6S_WG
K_W12	Zna uwarunkowania historyczne rozwoju sportu i ruchu olimpijskiego. Rozumie przyczyny rozwoju współczesnego sportu i rekreacji.	P6U_W	P6S_WK
	<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>		
K_U01	Potrafi wskazać i nazwać najważniejsze elementy funkcjonalne organizmu człowieka oraz potrafi wytłumaczyć zależności i związki występujące między nimi.	P6U_U	P6S_UW
K_U02	Potrafi zaplanować i dobrać obciążenia treningowe pozwalające uniknąć nadmiernego obciążenia aparatu biernego i czynnego układu ruchu. Umie dostosować i zaplanować strukturę i rodzaj obciążeń treningowych po urazach układu ruchu. Potrafi zaplanować wysiłek fizyczny pozwalający na osiągnięcie jak najwyższych efektów zdrowotnych i psychosomatycznych płynących z treningu.	P6U_U	P6S_UO
K_U03	Potrafi interpretować wysiłkowe reakcje organizmu występujące u człowieka w różnych grupach wieku. Umie przeprowadzić szybką i praktyczną analizę bieżącego poziomu cech motorycznych. Potrafi wykorzystać podstawowe metody i techniki pomiarowe do oceny sprawności fizycznej dzieci i młodzieży.	P6U_U	P6S_UO
K_U04	Potrafi zaprogramować trening pozwalający zniwelować zmęczenie fizyczne i psychiczne wynikające z trybu życia. Umie zastosować ćwiczenia umożliwiające regenerację doznanych urazów. Potrafi udzielić pierwszej pomocy. Umie zastosować zasady bezpieczeństwa oraz odpowiednio zachować się w miejscu wypadku.	P6U_U	P6S_UO
K_U05	Potrafi prawidłowo dobrać strategię, formy, środki i metody kształcenia oraz wykorzystać warunki i środki do realizacji zadań i celów procesu nauczania ruchu. Potrafi obserwować, analizować i korygować błędy podczas zadań ruchowych.	P6U_U	P6S_UW
K_U06	Potrafi dobrać środki i formy do kształtowania pożądaných cech motorycznych. Umie zaplanować w czasie etapy i obciążenia treningowe służące do osiągnięcia wyznaczonych celów w pracy indywidualnej i grupowej. Potrafi zaplanować i przeprowadzić pomiar cech motorycznych w trakcie planu treningowego	P6U_U	P6S_UO
K_U07	Potrafi ocenić pozytywne mierniki zdrowia oraz posiada umiejętności stosowania podstawowych metod, form i środków edukacji zdrowotnej w pracy. Potrafi wytłumaczyć zastosowanie suplementów diety oraz pomóc w ich doborze adekwatnie do poziomu możliwości fizycznych ćwiczącego.	P6U_U	P6S_UW
K_U08	Potrafi dostosować rodzaj, strukturę i obciążenia treningowe do indywidualnych możliwości ćwiczącego. Umie wskazać cechy motoryczne wymagające większego stopnia wytrenowania w zależności od trenowanej dyscypliny i oczekiwań ćwiczącego.	P7U_U	P6S_UW
K_U09	Potrafi wytłumaczyć znaczenie i rolę odnowy biologicznej po treningu. Umie wskazać najbardziej konieczne zabiegi w kontekście realizowanych obciążeń i planu treningowego. Wie jak prowadzić trening relaksacyjny i odprężający. Umie zmotywować ćwiczącego do realizacji planu treningowego tak aby odczuwał on radość i zadowolenie z wykonywanej pracy.	P6U_U	P6S_UW P6S_UK
K_U10	Potrafi obsługiwać wybrane programy komputerowe służące do dokumentacji wyników sportowych.	P6U_U	P6S_UW

	W oparciu o poznane analizy statystyczne potrafi prognozować osiągnięcia i wykazywać postępy w procesie treningowym.		P6S_UO
K_U11	Potrafi wdrożyć wybrane idee ruchu olimpijskiego w codzienny trening. Umie wskazać i podkreślić społeczne oraz kulturowe wartości wynikające z podejmowania aktywności fizycznej.	P7U_U	P7S_UK
	<b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b>		
K_K01	Potrafi zorganizować swoje stanowisko pracy i samodzielnie wykonywać obowiązki zgodnie z tokiem zajęć.	P6U_K	P6S_KR
K_K02	Prowadzi prozdrowotny styl życia, dba o optymalny poziom sprawności fizycznej oraz prawidłową sylwetkę ciała	P6U_K	P6S_KR
K_K03	Stosuje ogólne zasady etyki społecznej, oraz normy postępowania interpersonalnego właściwe dla działalności rekreacyjnej	P6U_K	P6S_KR P6S_KK
K_K04	Posiada zdolność do pracy w zespole - aktywnie uczestniczy w pracy grup (zespołów) i organizacji realizujących cele społeczne, szczególnie w zakresie działalności sportowej.	P6U_K	P6S_KK
K_K05	Docenia znaczenie współpracy w zespole w realizacji postawionych zadań.	P6U_K	P6S_KK P6S_KO
K_K06	Stale uzupełnia swoją wiedzę, będąc świadomym ograniczeń we własnych kompetencjach, wie kiedy zwrócić się o pomoc do eksperta.	P6U_K	P6S_KK
K_K07	Nawiązuje relacje społeczne w sposób prawidłowy posługując się skutecznie dostępnymi kanałami komunikacji z jednostkami i grupami społecznymi.	P6U_K	P6S_KO
K_K08	Promuje pozytywne wartości wychowania fizycznego i sportu propagując zachowania prozdrowotne w działalności edukacyjnej.	P7U_K	P6S_KR
	<b>Podpisy członków Zespołu:</b> dr hab. prof. AWF Jakub Adamczyk .....dr Anna Kęska..... ..... dr Dorota Kamień .....		
	Warszawa, 18.12.2018r.		

<sup>1</sup> Uniwersalne charakterystyki poziomów w PRK – załącznik do ustawy z dnia 22 grudnia 2015 r. (Dz. U. z 2016 r. poz. 64 i poz. 1010).

<sup>2</sup> Charakterystyki drugiego stopnia PRK – poziomy 6-8 –Rozporządzenie MNiSW z dnia 14 listopada 2018 r. (Dz. U. z 2018 r. poz. 2218).