

| | |
|---------------------------------|--|
| Nazwa przedmiotu/modułu: | Metodyka nauczania ruchu |
| Nazwa angielska: | Teaching methods of movement |
| Kierunek studiów: | Wychowanie fizyczne |
| Zakres | Trener personalny/ Animator czasu wolnego |
| Tryb/Poziom studiów: | Stacjonarne/I-go stopnia – licencjackie |
| Profil studiów | praktyczny |
| Jednostka prowadząca: | Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze, Wydział Nauk Medycznych i Technicznych, Katedra Nauk o Kulturze Fizycznej i Zdrowiu |
| Prowadzący przedmiot: | dr Tomasz Jonak |
| Status przedmiotu: | |

I. Formy zajęć, liczba godzin z planu nauczania

| Semestr | Wykład | Ćwiczenia | Laboratorium | Łącznie | ECTS |
|---------|--------|-----------|--------------|---------|------|
| 4 | | 15 | - | 15 | 1 |

II. Cel przedmiotu

C1 – wyposażenie studentów w zasób wiedzy i umiejętności w celu dokładnego wykonywania ćwiczeń ruchowych i ich egzekwowania w praktyce szkolnej.

C2 – ukazanie ruchu jako remedium przeciwko wadom postawy

III. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji

brak

IV. Oczekiwane efekty kształcenia

KW1 – Ma wiedzę o rozwoju, sprawności ruchowej dzieci w wieku przedszkolnym oraz uczniów klas I-VIII szkoły podstawowej.

KW2 – Rozumie potrzebę wykorzystania ćwiczeń ruchowych w różnych tokach zajęć z elementami gimnastyki kompensacyjno – korekcyjnej.

KU 1 - Potrafi poprowadzić wybrane ćwiczenia, nazwać pozycje wyjściowe.

KU 2 - Potrafi demonstrować ćwiczenia ruchowe oraz egzekwować dokładności ich wykonywania przez uczniów

KK1. Zachęca uczniów do podejmowania systematycznej aktywności fizycznej.

V. Treści programowe

| Forma zajęć: Ćwiczenia | | Liczba godzin |
|------------------------|--|---------------|
| Ćw. 1 | Rozwój psychofizyczny i motoryczny dzieci w wieku 3 – 13,5 roku życia. | 2 |
| Ćw. 2 | Ćwiczenia gimnastyki podstawowej wraz z opracowaniem toku zajęć o charakterze ogólnokondycyjnym. | 2 |
| Ćw. 3 | Demonstrowanie pozycji wyjściowych do ćwiczeń statycznych i dynamicznych na podstawie opracowanych osnów lekcyjnych. | 2 |
| Ćw. 4 | Przykładowe zajęcia lekcyjne ukierunkowane na likwidowanie wady postawy (okrągłe plecy oraz wklęsłe) | 2 |
| Ćw. 5 | Przykładowe zajęcia na otwartej przestrzeni (z elementami chodu oddechowego i chodu | 2 |

| | | | | | |
|--|--|--|-----------------------|--------------------|--------------|
| | z kijami). | | | | |
| Ćw. 6 | Gry i zabawy korekcyjne, usprawniające i likwidujące wady u dzieci w wieku przedszkolnym oraz uczniów klas I-III szkoły podstawowej. | 2 | | | |
| Ćw. 7 | Przykładowe zajęcia praktyczne z użyciem środków dydaktycznych o charakterze gimnastyki wyrównawczej. | 2 | | | |
| Ćw. 8 | Kolokwium, zaliczenie przedmiotu. | 1 | | | |
| Suma godzin | | 15 | | | |
| VI. Narzędzia dydaktyczne | | | | | |
| 1. | Prezentacje multimedialne, filmy | | | | |
| 2. | Przygotowane testy | | | | |
| VII. Metody dydaktyczne | | | | | |
| 1. | Wykład informacyjny | | | | |
| 2. | Dyskusja dydaktyczna | | | | |
| 3. | Objaśnienie | | | | |
| 4. | Film dydaktyczny | | | | |
| VIII. Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca) | | | | | |
| F1 | Test zamknięty jednokrotnego wyboru. | | | | |
| P1 | Test z pytaniami otwartymi i zamkniętymi jednokrotnego wyboru. | | | | |
| IX. Obciążenie pracą studenta | | | | | |
| Forma aktywności | | Łączna i średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności | | | |
| Godziny kontaktowe z nauczycielem (w trakcie zajęć) | | 15 | | | |
| Przygotowanie do zajęć | | 10 | | | |
| Przygotowanie do testu sprawdzającego zdobytą wiedzę w trakcie odbywania kursu. | | 6 | | | |
| SUMA GODZIN | | 31 | | | |
| SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU | | 1 | | | |
| X. Literatura podstawowa i uzupełniająca | | | | | |
| Literatura podstawowa: | | | | | |
| 1. Czesław Sieniek, Gimnastyka korekcyjno – kompensacyjna. Poradnik metodyczny. Cz. I,II i III. Starachowice 2002, 2003, 2004. | | | | | |
| 2. Sławomir Owczarek, Atlas ćwiczeń korekcyjnych. Wydaw. SiP, 1990. | | | | | |
| 3. L. Mazurek, Gimnastyka podstawowa. Systematyka. Metodyka. SiP, Warszawa 1980. | | | | | |
| 4. T.Kasperczak, Wady postawy ciała – diagnostyka – leczenie. Kraków 1994. | | | | | |
| 5. Kazimiera Milanowska, Kinezyterapia. PZWL, Warszawa 1985. | | | | | |
| Literatura uzupełniająca: | | | | | |
| 1.Z. Bielski, Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego. „Impuls”, Kraków 2000. | | | | | |
| 2. J. Nowotny, Edukacja i reedukacja ruchowa. Wydaw. „Kasper”, Kraków 2003. | | | | | |
| 3. Z. Kasperczyk, Metody oceny wady postawy ciała. AWF Kraków 2000. | | | | | |
| 4. Korektywa i kompensacja w rozwoju młodzieży szkolnej. PKNKT SiT, Warszawa 1977. | | | | | |
| 5. H. Wieczorek, Gimnastyka dla najmłodszych. PZWL, Warszawa 1984. | | | | | |
| XI. Tablica powiązań efektów przedmiotowych i kierunkowych z celami przedmiotu w odniesieniu do metod ich weryfikacji | | | | | |
| Odniesienie danego efektu do efektów zdefiniowanych dla | Cele przedmiotu | Treści programowe | Narzędzia dydaktyczne | Metody dydaktyczne | Sposób oceny |

| całego programu (PEK) | | | | | |
|---|--------|---------------|---|---------|----|
| K_W_28 K_U_46 K_K_25 | C1, C2 | Ćwiczenie 1-7 | 1 | 1,2,3,4 | F1 |
| K_W_28 K_U_46 K_K_25 | C1, C2 | Ćwiczenie 8 | 2 | 3 | P1 |
| XII. Zasady weryfikacji oczekiwanych efektów kształcenia | | | | | |
| <p>Zaliczenie na ocenę ćwiczeń na podstawie pisemnej odpowiedzi na test składający się z 10 pytań testowych ocenionych w skali 0 pkt. odpowiedź nieprawidłowa, 1 pkt. odpowiedź prawidłowa.</p> <p>Skala ocen:</p> <p>6- dostateczny</p> <p>7- dostateczny plus</p> <p>8- dobry</p> <p>9- dobry plus</p> <p>10- bardzo dobry</p> | | | | | |
| XIII. Dodatkowe informacje o przedmiocie | | | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Informacje na temat miejsca odbywania się zajęć – zgodnie z planem zajęć 2. Informacje na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina) – zgodnie z planem zajęć umieszczonym na tablicy informacyjnej oraz na stronie internetowej WNMiT. 3. Informacja na temat konsultacji (godziny + miejsce) | | | | | |