

KARTA KURSU

Nazwa	Kultura fizyczna z metodyką	
Nazwa w j. ang.	Physical Education with Teaching Methods	

Koordynator	prof. zw. dr hab. Bożena Muchacka	Zespół dydaktyczny
		Zespół dydaktyczny CSiR
Punktacja ECTS*	3	

Opis kursu (cele kształcenia)

Cele kształcenia obejmują: 1) przekazanie studentom podstawowej wiedzy z zakresu kultury fizycznej i organizacji zajęć wychowania fizycznego w przedszkolu oraz klasach I-III. 2). przygotowanie studentów do prowadzenia zajęć ruchowych w różnych warunkach organizacyjnych, 3) rozwinięcie u studentów wrażliwości i odpowiedzialności za indywidualizację działań edukacyjnych oraz stałego rozwijania własnych umiejętności.

Warunki wstępne

Wiedza	
Umiejętności	
Kursy	

Efekty uczenia się

	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Wiedza	W01- Zna podstawowe pojęcia z zakresu kultury fizycznej oraz korekcji wad postawy ciała.	K_W03 K_W14 K_W22
	W02- Zna metody prowadzenia zajęć i organizacji lekcji oraz charakterystykę różnych typów gier, zabaw i ćwiczeń ruchowych.	
	W03- Zna zasady zachowania się na obiektach sportowych oraz bezpieczeństwa podczas ćwiczeń fizycznych.	
	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Umiejętności	U01- Potrafi samodzielnie skonstruować zajęcia z gier i zabaw ruchowych odpowiedni dla wybranej grupy wiekowej.	K_U09
	U02- Potrafi stosować ćwiczenia korekcji wad postawy ciała w celu poprawy konkretnie występującej wady.	
	Efekt uczenia się dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Kompetencje społeczne	K01- Ma przekonanie o dobroczynnym działaniu ruchu i wysiłku fizycznego na organizm człowieka w różnych okresach jego życia.	K_K08

Organizacja

Forma zajęć	Wykład (W)	Ćwiczenia w grupach										
		A		K		L		S		P		E
Liczba godzin		10										15
25												

Opis metod prowadzenia zajęć

e-learning, prezentacja multimedialna, dyskusja, objaśnienie, demonstrowanie ćwiczeń fizycznych, pogadanka, metoda zadaniowa

Formy sprawdzania efektów uczenia się

	E – learning	Gry dydaktyczne	Ćwiczenia w szkole	Zajęcia terenowe	Praca laboratoryjna	Projekt indywidualny	Projekt grupowy	Udział w dyskusji	Referat	Praca pisemna (esej)	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Inne
W01	x							x					test
W02	x							x	x				test
W03	x							x					test
U01						x	x			x			
U02						x	x						
K01										x			test

Kryteria oceny Na ocenę składa się: test wiadomości; przygotowanie projektu zajęć ruchowych dla edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej

Uwagi Studia jednolite magisterskie, niestacjonarne

Treści merytoryczne (wykaz tematów)

1. Podstawowe pojęcia z zakresu kultury fizycznej.
2. Zasady tworzenia, organizacji i prowadzenia ćwiczeń w rozgrzewce.
3. Gry i zabawy ruchowe różnych typów, wskazówki organizacyjno – metodyczne.
4. Zasady budowy lekcji, organizacja zajęć, formy ustawień grupy..
5. Korekcja wad postawy, krzywizny kręgosłupa, wyznaczniki prawidłowej sylwetki ciała, charakterystyka podstawowych wad postawy, plecy okrągłe, wklęsłe, skolioza, kolana koślawe i szpotawe, końska stopa, klatka piersiowa kurza, płaskostopie.
6. Rozwój motoryczny w różnych etapach rozwoju ontogenetycznego, zespołowe gry sportowe w klasach I-III, testy sprawności fizycznej.
7. Kształtowanie zdolności motorycznych w procesie wychowania fizycznego.
8. Sposoby integrowania zajęć ruchowych z innymi obszarami edukacji w przedszkolu i klasach I-III.

Wykaz literatury podstawowej

Janikowska–Siatka M. *Materiały pomocnicze do ćwiczeń z metodyki wychowania fizycznego*, AWF, Kraków 2006.
 Górna K. Garbaciak W. *Szkolne wychowanie fizyczne*, AWF, Katowice 2012.
 Bondarowicz M. *Wielka księga zabaw i gier ruchowych*, Wydaw. BK, Warszawa 2003, cz. 1 i 2.

Wykaz literatury uzupełniającej

Owczarek S. *Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej*, WSiP, Warszawa 2006.
 Talaga J. *Sprawność fizyczna ogólna. Testy*, Zys i S-ka Wydawnictwo, Poznań 2004.
 Sulisz S. *Wychowania fizyczne w kształceniu zintegrowanym*. WSiP, Warszawa 2000.

Bilans godzinowy zgodny z CNPS (Całkowity Nakład Pracy Studenta)

liczba godzin w kontakcie z prowadzącymi	Wykład	
	Konwersatorium (ćwiczenia, laboratorium, zajęcia w formie e-learningu itd.)	25
	Pozostałe godziny kontaktu studenta z prowadzącym	5
liczba godzin pracy studenta bez kontaktu z prowadzącymi	Lektura w ramach przygotowania do zajęć	10
	Przygotowanie krótkiej pracy pisemnej lub referatu po zapoznaniu się z niezbędną literaturą przedmiotu	10
	Przygotowanie projektu lub prezentacji na podany temat (praca w grupie)	15
	Przygotowanie do egzaminu/zaliczenia	10
Ogółem bilans czasu pracy		75
Liczba punktów ECTS w zależności od przyjętego przelicznika		3