

**Podkowieńska Wyższa Szkoła Medyczna im. Z. I J. Łyko**

**Syllabus przedmiotowy 2016/2017 - 2018/2019 r.**

Wydział	Fizjoterapii
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Specjalność	-----
Forma studiów	Stacjonarne / Niestacjonarne
Stopień studiów	I,
Okres kształcenia	3 lata / 6 sem.
Profil kształcenia	Praktyczny

**1. Przedmiot**

Nazwa przedmiotu	Teoria i metodyka nauczania ruchu
Kategoria przedmiotu	Przedmiot kierunkowy
Liczba punktów ECTS	3.0
Język wykładowy	Polski
Rok studiów/ semestr	I rok, I, II, Semestr

**2. Forma zajęć, liczba godzin w planie studiów**

Wykład	Ćwiczenia	Konwersatorium	Lektorat	Seminarium	Praktyka
30	60	-	-	-	-

**3. Cele przedmiotu:**

C1	Przekazanie wiedzy i umiejętności kształcenia ruchowego w każdym wieku
C2	Omówienie metod nauczania ruchu
C3	Nauka motywowania do aktywności fizycznej.

**4. Wymagania wstępne**

1.	Znajomość anatomii i fizjologii – budowa i funkcja aparatu ruchu i układu nerwowego. Znajomość biologii medycznej i biochemii – zjawiska biofizyczne i biochemiczne w tkankach.
----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**5. Przedmiotowe efekty kształcenia**

PW1	Student zna i rozumie pojęcia związane z nauką o ruchu oraz posiada wiadomości z podstawowych zasad i problematyki lekcji wychowania fizycznego
PW2	Student posiada wiadomości z podstawowych zasad i z problematyki lekcji wychowania fizycznego
PW3	Student zna sprzęt stosowany w lekcji ruchu, i zasady prawidłowego postępowania na lekcji oraz przepisów BHP w tym zakresie.
PW4	Student zna mechanizmy funkcjonowania aparatu ruchu oraz procesy jego kontroli i sterowania, na lekcji WSF.
PU1	Student umie dostosować odpowiedni sprzęt do potrzeb i możliwości ćwiczących.
PU2	Student posiada umiejętność diagnozy i planowania zajęć w procesie nauczania czynności ruchowych.
PU3	Student potrafi kompetentnie wytłumaczyć indywidualnie jak i grupowo zasady ćwiczeń i korzystania ze sprzętu sportowego.
PU4	Student potrafi dobrać odpowiednie formy i metody oraz środki do przeprowadzenia lekcji WF.
PK1	Student rozumie potrzebę stałego rozwoju swojej wiedzy i umiejętności w zakresie WF; czuje potrzebę korzystania literatury fachowej

## 6. Treści programowe:

Geneza i współczesne tendencje w metodyce wychowania fizycznego. Innowacje pedagogiczne jako wyraz przemian w kulturze fizycznej. Wybrane zagadnienia kultury fizycznej: wychowanie fizyczne, sport, rekreacja i turystyka oraz lecznicze formy kultury fizycznej.

Osie i płaszczyzny ruchu, podział czynnościowy mięśni, praca dynamiczna praca statyczna, omówienie schematu biomaszyny wg K. Fidelusa

Pojęcie cechy motorycznej. Szybkość, siła, wytrzymałość jako główne cechy motoryczne.

Zwinność, skoczność, gibkość jako cechy fizyczne organizmu. Rekreacyjne metody treningu siły, wytrzymałości, szybkości jako środek utrzymania ogólnej sprawności człowieka.

Badanie cech motoryki – testy sprawności i próby czynnościowe. Przykłady zabaw i gier ruchowych rozwijające cechy motoryczne

Zasady dydaktyczno-wychowawcze w zajęciach wychowania fizycznego oraz w zajęciach rehabilitacji ruchowej.

Systematyka metod wychowania fizycznego:

Metody prowadzenia zajęć z wychowania fizycznego.

Metody twórcze:

- samorzutna działalność jako czynnik wzbogacający psychoruchowe doświadczenie dziecka,
- próba zastosowania najwłaściwszych rozwiązań ruchowych w różnych sytuacjach (metoda prób i błędów),
- zabawy tematyczne i konstrukcyjne,
- metoda opowieści ruchowej,
- gimnastyka twórczą R. Labana,
- gimnastyka rytmiczna A. i M. Kriesów,
- metoda problemową.

Metody odtwórcze:

- metoda zabawowo-naśladowczą,
- metoda zadań ruchowych zamkniętych ( bezpośredniej celowości ruchu),
- metoda ścisłą,
- metoda programowego nauczania.

Metody i formy intensyfikujące zajęcia wychowania fizycznego

Metody intensyfikujące zajęcia wf:

- metoda stacyjna,
- zadania dodatkowe,
- tor przeszkód, ścieżka zdrowia,
- metody wiązania ruchu z muzyką.

Formy intensyfikujące zajęcia wf:

- praca w małych grupach,
- współzawodnictwo jako doping do intensywnego wysiłku.

Metody nauczania ruchu:

- metoda syntetyczna,

- metoda analityczna,
- metoda złożoną (kombinowaną).

Kolejność nauczania nowego ćwiczenia.

Lekcja jako podstawowa forma prowadzenia zajęć ruchu leczniczego. Specyfika wychowania fizycznego dziewcząt. Właściwości metodyki zajęć z różnymi grupami ze względu na wiek ćwiczących.

Rodzaje gimnastyki. Ćwiczenia porządkowo-dyscyplinujące.

Ćwiczenia kształtujące:

- pozycje wyjściowe i ich rodzaje (od niskich do wysokich),
- ćwiczenia oddechowe,
- ćwiczenia rozluźniające,
- ćwiczenia kształtujące dla małych dzieci.

Ćwiczenia stosowane, zwinnościowo- akrobatyczne, ćwiczenia stosowane dla małych dzieci.

Ćwiczenia uzupełniające, zabawy i gry ruchowe, ćwiczenia muzyczno ruchowe, elementy sportu, ćwiczenia uzupełniające dla małych dzieci.

Ćwiczenia ogólnie usprawniające w kinezyterapii:

- ćwiczenia i cel ćwiczeń ogólnokondycyjnych,
- ćwiczenia zespołowe specjalne,
- ćwiczenia w wodzie,
- gimnastyka poranna.

Planowanie i organizacja zajęć związanych z lekcją ruchu leczniczego. Efektywność procesu wychowania fizycznego, system kontroli. Bezpieczeństwo na lekcjach ruchowych.

## **7. Literatura:**

1. Bachrynowska–Fic J.: Właściwości ćwiczeń fizycznych, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1987.
2. Fidelus K. Kocjasz J.: Atlas ćwiczeń-zasób ćwiczeń fizycznych dla różnych dyscyplin sportowych, PKOL, Warszawa 1971.

3. Maszczak T.: Metodyka wychowania fizycznego. AWF, Warszawa 1997.
4. Mazurek L.: Gimnastyka podstawowa, AWF, Warszawa, 1980.
5. Barański K., Janowska D., Mazur A., Morzycka B.: Technika i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych, AWF, Warszawa 1975.
6. Barański K., Mazur A., Winnicka K.: Gimnastyka. Poradnik programowo-metodyczny, AWF, Warszawa 1975.

## 8. Metody dydaktyczne :

Warunki osiągnięcia efektów kształcenia:

Zajęcia mogą być prowadzone w salach wyposażonych w sprzęt audiowizualny, plansze anatomiczne sprzęt Sportowy do ćwiczeń na lekcjach WF

Środki dydaktyczne:

Plansze, tablice, foliogramy, prezentacje multimedialne, filmy dydaktyczne, literatura fachowa z zakresu anatomii czynnościowej i kinezyjologii

Zalecane metody dydaktyczne:

Podające – omówienie zagadnienia, pogadanka, wykład informacyjny.

Problemowe – wykład konwersatoryjny

Eksponujące – film, pokaz.

Programowe – z użyciem komputera, podręcznika

Praktyczne – metoda tekstu przewodniego, projektu.

Formy organizacyjne:

Praca z całą klasą, praca w grupach.

## 9. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Liczba godzin
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim</b>	<b>96</b>
Liczba godzin w planie studiów	90
Konsultacje	2
Egzamin, zaliczenie	4
<b>Samodzielna praca studenta</b>	<b>20</b>
Przygotowanie do zajęć, w tym studiowanie literatury	10
Przygotowanie referatu, projektu, prezentacji i innych	5
Przygotowanie się do egzaminu, zaliczenia, sprawdzianu	5
Inne	10
<b>Całkowity nakład pracy studenta w godzinach</b>	<b>116</b>

<b>Liczba punktów ECTS dla przedmiotu</b>	<b>3</b>
-------------------------------------------	----------

## 10. Warunki dopuszczenia do zaliczenia przedmiotu

**Obecność na zajęciach: co najmniej 50% obecności.**

**Pozytywna ocena ze wszystkich kolokwii obejmujących kolejne partie materiału.**

**Nieobecność na sprawdzianie i nie zaliczenie go w ciągu dwóch tygodni od daty zaliczenia jest równoznaczne z oceną niedostateczną z danej partii materiału.**

## 11. Metody weryfikacji przedmiotowych efektów kształcenia

Metoda weryfikacji efektów kształcenia	Symbol efektu przedmiotowego
Referat	PW3, PU3
Zaliczenie pisemne z pytaniami opisowymi	PW3, PU1, PU2
Egzamin pisemny – test – pytania otwarte	PW1, PW2,

## 12. Kryteria oceny

**Formy sprawdzania wiadomości:**

- **Pisemna praca w formie testu pojedynczego lub wielokrotnego wyboru, obejmującego partię materiału.**
- **Pisemna praca w formie wypowiedzi na zadane pytania.**
- **Odpowiedź ustna.**
- **Pisemne i ustne wypowiedzi lub referaty w oparciu o pracę w domu.**

**Warunkiem zaliczenia testu i prac pisemnych jest uzyskanie minimum 60% poprawnych odpowiedzi.**

**Skala ocen w odniesieniu do prac pisemnych i odpowiedzi ustnych:**

- **ocena bardzo dobry (5,0): 95 – 100%**
- **ocena dobry plus (4,5): 90 – 94%**
- **ocena dobry (4,0): 81 – 89%**
- **ocena dostateczny plus (3,5): 70 – 80%**
- **ocena dostateczny (3,0): 60 – 69 %**

- ocena niedostateczny (2,0): 0 – 59 %

**W przypadku wypowiedzi pisemnej i odpowiedzi ustnej oraz prac domowych, oceniane są: wartość merytoryczna wypowiedzi w zakresie treści i haseł kluczowych dla danego zagadnienia, posługiwanie się językiem fachowym i poprawność językowa, kompozycja wypowiedzi i samodzielność w opracowaniu zagadnienia.**

**Egzamin końcowy pisemny w formie testu zamkniętego zawierającego 50 pytań.**

### 13. Macierz realizacji przedmiotu

Treści kształcenia zgodnie z symbolami	Przedmiotowe efekty kształcenia	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia	Nasycenie realizacji efektu kierunkowego
Wd1, Wd2,Ćw1	PW1	K_W01	+
Wd3 – Wd7	PW2	K_W07	++
Wd8, Ćw2, Ćw3, Ćw4	PW3	K_W11	++
Ćw2, Ćw3, Ćw4	PU1	KU-01	+
Ćw1	PU2	K_U03	+
Ćw1- Ćw4	PU3	K_U04	+
Wd3 – Wd8, Ćw1- Ćw4	PK1	K_K03	+
Wd3 – Wd8, Ćw1- Ćw4	PK2	K_K03	+

### 14. Prowadzący przedmiot

Osoba odpowiedzialna za przedmiot	.....
Osoba prowadząca wykład	
Osoba prowadząca ćwiczenia	

Sylabus obowiązujący w roku akademickim 2014/2015

Podpisy prowadzących i osoby odpowiedzialnej za przedmiot:

15. ....

16. ....

17. ....