

## KARTA MODUŁU 2024/2025

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
<b>COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ</b>							
<b>Kierunek studiów:</b>	Fizjoterapia						
<b>Poziom studiów:</b>	magisterskie						
<b>Profil studiów:</b>	praktyczny						
<b>Forma studiów:</b>	stacjonarne						
<b>Nazwa modułu:</b>	Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu						
<b>Rodzaj modułu:</b>	Podstawy fizjoterapii						
<b>Język wykładowy:</b>	Język polski						
<b>Rok studiów:</b>	2	<b>Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:</b>					
<b>Semestr:</b>	3	Wykład	Laboratorium	Ćwiczenia	Seminarium	Zajęcia praktyczne	Praktyki zawodowe
<b>Liczba punktów ECTS ogółem:</b>	3	15	-	30	-	-	-
<b>Forma zaliczenia:</b>	Egzamin i zaliczenie na ocenę						
<b>Wymagania wstępne:</b>	Podstawowa znajomość anatomii, biochemii, fizjologii, psychologii i pedagogiki						
II. CELE KSZTAŁCENIA							
<b>Cele kształcenia:</b>							
<p><b>Cel 1:</b> Poszerzenie wiedzy w obrębie celów kultury fizycznej, jej obszarów i przesłanek</p> <p><b>Cel 2:</b> Poszerzenie wiedzy na temat rozwoju osobniczego, potrzeb i możliwości ruchowych oraz motoryczności człowieka</p> <p><b>Cel 3:</b> Poszerzenie wiedzy w zakresie metodyki nauczania ruchów, stosowanych w jej obrębie zasad, form, środków i metod</p> <p><b>Cel 4:</b> Praktyczna znajomość pozycji wyjściowych do ćwiczeń ruchowych oraz podstawowych rodzajów ćwiczeń wykorzystywanych w fizjoterapii</p> <p><b>Cel 5:</b> Przygotowanie do samodzielnego organizowania i prowadzenia zajęć ruchowych dla osób w różnym wieku i z różnymi rodzajami dysfunkcji</p>							
III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH							
Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:						Odniesienie do efektów kierunkowych
<b>wiedzy:</b>							
1	zna i rozumie teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych						C.W6.
2	zna i rozumie zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką						C.W17.
<b>umiejętności:</b>							
1	potrafi dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego						C.U6.

2	potrafi wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń	C.U7.
<b>kompetencji społecznych:</b>		
1	jest gotów do prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty	K3.
2	jest gotów do dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych	K5.
3	jest gotów do przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób	K9.
<b>IV. TREŚCI PROGRAMOWE</b>		
<b>Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałem na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)</b>		
<b>Wykład</b>		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Wykład 1	Uczenie się i nauczanie czynności ruchowej. Możliwości i uwarunkowania procesu motorycznego uczenia się człowieka. Etapy opanowywania czynności ruchowych.	2
Wykład 2	Sprawność fizyczna i sprawność motoryczna człowieka. Diagnozowanie i prognozowanie jako podstawa planowania i realizacji zajęć ruchowych (zakres diagnozy, sposoby, prognoza i programowanie wielkości obciążeń wysiłkowych). Podział testów sprawności i omówienie przykładowych.	2
Wykład 3	Zasady procesu nauczania. Zasady zachowania bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych. Środki, formy i metody wykorzystywane w procesie nauczania i uczenia się ruchu i jego doskonalenia.	3
Wykład 4	Planowanie zajęć ruchowych. Budowa i struktura zajęć ruchowych – tok lekcyjny i zasady budowy zajęć (wszechstronność, zmienność pracy, stopniowanie natężenia wysiłku). Planowanie zajęć w oparciu o wybrany tok zajęć ruchowych. Osnowa, konspekt – przykłady i organizacja zajęć.	2
Wykład 5	Aktywność ruchowa dzieci, dorosłych, osób starszych. Aktywność ruchowa kobiet. Zalecenia, wskazówki i uwagi metodyczne oraz organizacyjne.	4
Wykład 6	Wychowanie fizyczne specjalne.	1
Wykład 7	Indywidualizacja w procesie nauczania i doskonalenia czynności ruchowych. Style kierowania stosowane przez instruktora, trenera fizjoterapeutę w procesie nauczania czynności ruchowych. Ewaluacja procesu nauczania umiejętności ruchowych jako samokontrola pracy fizjoterapeuty oraz samokontrola i samoocena klienta/pacjenta.	1
<b>Ćwiczenia</b>		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Ćwiczenie 1	Zajęcia organizacyjne – zapoznanie z programem zajęć, piśmiennictwem, zasadami oraz warunkami zaliczenia. Przypomnienie i stosowanie zasad BHP obowiązujących w zajęciach	1

	grupowych.	
Ćwiczenie 2	Gry i zabawy ruchowe, ich podział i zastosowanie w fizjoterapii. Praktyczne zastosowanie gier i zabaw w procesie nauczania-uczenia się czynności ruchowych oraz kształtowania wybranych zdolności motorycznych w zależności od rodzaju zajęć, grupy ćwiczebnej i celów zajęć ruchowych - metodyka, zasady i uwagi organizacyjne.	4
Ćwiczenie 3	Przygotowanie zajęć dla danej grupy wiekowej z wykorzystaniem gier i zabaw ruchowych (według wybranego toku) oraz przeprowadzenie ich fragmentu – zaliczenie praktyczne.	5
Ćwiczenie 4	Zastosowanie różnych form, środków i metod treningowych w celu kształtowania wybranych aspektów sprawności fizycznej.	4
Ćwiczenie 5	Opracowanie przez studentów konspektu zajęć ruchowych dla wybranej grupy osób (z uwzględnieniem wieku i stopnia sprawności fizycznej - praca własna). Ocena przygotowanego konspektu z informacją zwrotną.	4
Ćwiczenie 6	Organizacja i przeprowadzenie fragmentu zaplanowanych zajęć ruchowych przez studentów – zaliczenie praktyczne. Informacja zwrotna dotycząca mocnych stron i kierunków do pracy w zakresie dobranych przez studentów poszczególnych ćwiczeń, metodyki ich nauczania oraz umiejętności stopniowania ich natężenia trudności oraz wysiłku fizycznego w trakcie przygotowanych i przeprowadzonych zajęć.	10
Ćwiczenie 7	Ocena postępu w zakresie wybranych aspektów sprawności fizycznej na podstawie ponownego zastosowania wybranych testów. Samokontrola i samoocena postępów w zakresie diagnozowanych aspektów sprawności fizycznej, zaangażowania w zajęcia, nabytych oraz doskonalonych umiejętności i przejawianych postaw w okresie realizacji przedmiotu i informacja zwrotna od prowadzącego. Refleksje i wskazówki. Zaliczenie ćwiczeń.	2

#### V. METODY KSZTAŁCENIA, NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

##### 1. Metody kształcenia:

- Wykład informacyjny
- Wykład konwersatoryjny
- Prezentacje multimedialne.
- Filmy edukacyjne i poglądowe
- Dyskusja
- Pokaz
- Ćwiczenia praktyczne

##### 2. Narzędzia (środki) dydaktyczne:

- Projektor/tablica multimedialna
- Tablica
- Sala gimnastyczna/sala fitness
- Sprzęt i przybory rekreacyjno-sportowe

#### VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

##### 1. Sposób zaliczenia:

- egzamin i zaliczenie z oceną

##### 2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

- Egzamin – test jednokrotnego wyboru (wykład)
- aktywność podczas zajęć, obserwacja zachowań (ćwiczenia)

- konspekt, sprawdzian praktyczny (ćwiczenia)

### 3. Podstawowe kryteria ocen:

#### a) Egzamin – test jednokrotnego wyboru – kryteria oceny:

- 91% - 100% - ocena bardzo dobra
- 81% - 90% - ocena dobra plus
- 71% - 80% - ocena dobra
- 61% - 70% - ocena dostateczna plus
- 51% - 60% - ocena dostateczna
- 50% i poniżej - ocena niedostateczna

#### b) Zaliczenie na ocenę - kryteria ocen formujących:

##### - Sprawdzian praktyczny:

5,0 – student samodzielnie wykonuje prawidłowo zadania zgodnie z wymaganymi procedurami. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii.

4,5 – student wykonuje zadania zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia drobny błąd, który potrafi skorygować po wskazaniu go przez nauczyciela. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii.

4,0 – student wykonuje zadania zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia 2 drobne błędy, które potrafi skorygować po wskazaniu ich przez nauczyciela. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii.

3,5 – student wykonuje zadania w zdecydowanej większości zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia kilka drobnych błędów (3), które potrafi skorygować po wskazaniu ich przez nauczyciela. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii.

3,0 – student wykonuje zadania w większości zgodnie z wymaganymi procedurami lecz popełnia istotny błąd lub wiele drobnych błędów (4-5), które potrafi skorygować przy pomocy nauczyciela. Przestrzega zasad etycznych w fizjoterapii.

2,0 – student wykonuje zadania w większości w sposób nieprawidłowy, który wymaga częstej korekty ze strony prowadzącego. Student przejawia brak samodzielności w wykonaniu czynności i zadań, w większości przypadków nie przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad etycznych w fizjoterapii.

##### - Konspekt:

- 91% - 100% - ocena bardzo dobra
- 81% - 90% - ocena dobra plus
- 71% - 80% - ocena dobra
- 61% - 70% - ocena dostateczna plus
- 51% - 60% - ocena dostateczna
- 50% i poniżej - ocena niedostateczna

##### - Aktywność studenta, obserwacja i ocena postaw studenta wynikających z:

- częstości uczestnictwa, aktywności i stopnia zaangażowania w zajęciach
- przejawianej przez studenta sprawności fizycznej i czynionych postępów w jej zakresie
- przejawianych kompetencji społecznych

**Ocena podsumowująca:** średnia arytmetyczna ocen formujących

## VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
<b>Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)</b>	
Udział w wykładach	15
Udział w innych formach zajęć (ćwiczenia)	30
Inne (-)	-
<b>Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)</b>	

Przygotowanie do wykładu	-
Przygotowanie do innych form zajęć (ćwiczenia)	5
Przygotowanie do egzaminu	10
Przygotowanie do zaliczenia innych zajęć (ćwiczenia)	5
Inne (samodzielne rozwijanie umiejętności rekreacyjno-sportowych odpowiadających treściom przedmiotu)	10
<b>Łączna liczba godzin</b>	<b>75</b>
<b>Punkty ECTS za moduł</b>	<b>3</b>

#### VIII. ZALECANA LITERATURA

##### Literatura podstawowa:

1. Gąsior P.: Elementy kształcenia ruchowego i metodyki nauczania ruchu. Nowy Targ, 2015 – dostęp: <https://mbc.malopolska.pl/pl/podglad/elementy-ksztalcenia-ruchowego-i-metodyki-nauczania-ruchu-pawel-gasior-80972/>
2. Santana J. C. Trening funkcjonalny, Błonie : DB Publishing 2017
3. Bondarowicz M., Staniszewski T., Podstawy teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych. Warszawa, 2016.

##### Literatura uzupełniająca:

1. Trzeźniowski T., Zabawy i gry ruchowe, Wyd. WSiP 2008
2. Szabuniewicz S., Orlikowska A., Niesłuchowski W., Ćwiczenia usprawniające kręgosłup – poradnik, Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia Universalis, 2011
3. Ellsworth A., Pilates : krok po kroku, Głucholazy : Oficyna AKA, 2011

*Literatura i artykuły związane z tematyką przedmiotu*

*Strony WWW i filmy szkoleniowe/instruktażowe/poglądowe - związane z tematyką przedmiotu*