KARTA MODUŁU

I. OGÓLNE INFORMACJE O MODULE							
COLLEGIUM WITELONA UCZELNIA PAŃSTWOWA WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:	Fizjoterapia						
Poziom studiów:	magisterskie						
Profil studiów:	praktyczny						
Forma studiów:	stacjonarne						
Nazwa modułu:	Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu						
Rodzaj modułu:	Podstawy fizjoterapii						
Język wykładowy:	Język polski						
Rok studiów: 1	**Formy prowadzenia zajęć wraz z liczbą godzin dydaktycznych:**						
Semestr: 2	Wykład	Ćwiczenia	-	-	-	-	
Liczba punktów ECTS ogółem: 3	15	30	-	-	-	-	
Forma zaliczenia:	Zaliczenie z oceną						
Wymagania wstępne:	Podstawowa znajomość anatomii, biochemii, fizjologii, psychologii i pedagogiki.						

II. CELE KSZTAŁCENIA
Cele kształcenia:
Cel 1: Zdobycie wiedzy w obrębie celów kultury fizycznej, jej obszarów i przesłanek. **Cel 2:** Poszerzenie wiedzy na temat rozwoju osobniczego, potrzeb i możliwości ruchowych oraz motoryczności człowieka. **Cel 3:** Praktyczna znajomość pozycji wyjściowych do ćwiczeń ruchowych oraz podstawowych rodzajów ćwiczeń wykorzystywanych w fizjoterapii. **Cel 5:** Wprowadzenie do samodzielnego organizowania i prowadzenia zajęć ruchowych.

III. EFEKTY UCZENIA SIĘ WRAZ Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH		
Efekt uczenia się	Student, który zaliczył moduł w zakresie:	Odniesienie do efektów kierunkowych
	wiedzy:	
C.W6.	zna i rozumie teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych;	K3F_W01
C.W17.	zna i rozumie zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką;	K3F_W01
	umiejętności:	
C.U6.	potrafi dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego;	K3F_U07 K3F_U08 K3F_U09 K3F_U10
C.U7.	potrafi wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń;	K3F_U08 K3F_U09
	kompetencji społecznych:	
K3F_K03	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;	K3F_K03
K3F_K05	jest gotów do dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;	K3F_K05
K3F_K09	jest gotów do przyjęcia odpowiedzialności związanej z decyzjami podejmowanymi w ramach działalności zawodowej, w tym w kategoriach bezpieczeństwa własnego i innych osób.	K3F_K09

IV. TREŚCI PROGRAMOWE		
Treści programowe (tematyka zajęć, zaprezentowana z podziałem na poszczególne formy zajęć z określeniem liczby godzin potrzebnych na ich realizację)		
Wykład		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Wykład 1	Przedstawienie karty modułu. Kultura fizyczna – podstawowe pojęcia, jej obszary i ich cele. Rola i znaczenie aktywności ruchowej w życiu człowieka. Fizyczne kształcenie i wychowanie. Zasady doboru treści i organizacji kształcenia i wychowania fizycznego i ich zastosowania w fizjoterapii (podmiotowe traktowanie pacjenta, różnicowanie doboru treści, metod i form; łączenie teorii z praktyką, integracja kształcenia i wychowania; kształcenie ustawiczne).	2
Wykład 2	Podstawy motoryczności człowieka - jej rodzaje i struktura. Podstawowe i złożone umiejętności ruchowe człowieka – ich miejsce i rola w aktywności fizycznej człowieka. Podstawowe wzorce ruchowe.	2
Wykład 3	Ontogeneza – wprowadzenie, podstawowe pojęcia i prawidłowości występujące w procesie rozwoju motorycznego. Kryteria gotowości uczenia się. Metody zdobywania umiejętności ruchowych. Rozwój motoryczny od dzieciństwa poprzez dojrzałość do starości ze wskazaniem na potrzeby ruchowe człowieka i jego możliwości.	3
Wykład 4	Siła i wytrzymałość jako kondycyjne zdolności motoryczne człowieka i ich znaczenie zdrowotne. Definicje, uwarunkowania, metody kształtowania siły i wytrzymałości, ich pomiar i ocena.	4
Wykład 5	Koordynacyjne zdolności motoryczne. Podstawowe pojęcia, elementy składowe, uwarunkowania, metody kształtowania zdolności koordynacyjnych, ich pomiar i ocena. Szybkość i zwinność jako kompleksowe zdolności motoryczne człowieka (podstawowe definicje, uwarunkowania, metody kształtowania, ich pomiar i ocena).	3
Wykład 6	Gibkość jako element pasywnego systemu przenoszenia energii i cecha anatomiczna (podstawowe definicje, uwarunkowania, metody kształtowania, ich pomiar i ocena). Gibkość a mobilność.	1
Ćwiczenia		
Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin S
Ćwiczenie 1	Przedstawienie karty modułu – zapoznanie z programem zajęć, piśmiennictwem, zasadami oraz warunkami zaliczenia. Poznanie i wdrożenie zasad BHP obowiązujących w zajęciach grupowych.	1
Ćwiczenie 2	Zapoznanie z terminologią. Systematyka i podział ćwiczeń fizycznych. Opanowanie zasad opisu ćwiczeń, ich płaszczyzn i nazewnictwa. Ocena sprawności fizycznej – zastosowanie wybranych testów.	3
Ćwiczenie 3	Zastosowanie ćwiczeń kształtujących – ćwiczenia ramion, nóg, tułowia, głowy i szyi. Zapoznanie się i doskonalenie podstawowych wzorców ruchowych. Metodyka nauczania ćwiczeń wzmacniających, rozluźniających i rozciągających w różnych pozycjach wyjściowych i w różnych płaszczyznach ruchu (wolnych, ze współpartnerem i przyborami) Zaliczenia praktyczne – demonstracja wskazanych pozycji wyjściowych do ćwiczeń oraz demonstracja i opis wybranych zastosowanych ćwiczeń.	10
Ćwiczenie 4	Metodyka stosowania wybranych elementów jogi. Nauka oddechu i świadomej pracy z ciałem.	4
Ćwiczenie 5	Trening obwodowy - kształtowanie sprawności fizycznej z wykorzystaniem ćwiczeń wolnych oraz zastosowaniem przyborów różnych (m.in. piłki lekarskie, piłki power-ball, taśmy theraband, stepy)	6
Ćwiczenie 6	Poszerzanie znajomości doboru i stosowania ćwiczeń usprawniających z uwzględnieniem indywidualnych możliwości ćwiczących.	6

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 fitness
- Sprzęt i przybory rekreacyjno-sportowe

VI. FORMA I KRYTERIA ZALICZENIA MODUŁU

1. Formy zaliczenia:

- Wykład - zaliczenie z oceną
- Ćwiczenia - zaliczenie z oceną

2. Sposób weryfikacji i oceniania efektów uczenia się:

Wykład

- **kolokwium - 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

Ćwiczenia:

- **sprawdzian praktyczny** – przygotowanie pisemne i praktyczne oraz demonstracja i opis wybranych ćwiczeń wzmacniających, rozciągających i koordynacyjnych (wolnych i z przyborami)

Kryteria oceny:

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.

- **aktywność podczas zajęć, 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 z ćwiczeń:
średnia arytmetyczna ocen formujących

3. Podstawowe kryteria oceny lub wymagania egzaminacyjne określane są indywidualnie, jednak powinny zachować adekwatność wobec zaplanowanych efektów uczenia się.

VII. BILANS PUNKTÓW ECTS - NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta
Liczba godzin realizowanych przy bezpośrednim udziale nauczyciela (godziny kontaktowe)	**45**
Udział w wykładach	15
Udział w ćwiczeniach	30
Samodzielna praca studenta (godziny niekontaktowe)	**30**
Przygotowanie do wykładu	-
Przygotowanie do ćwiczeń	20

Przygotowanie do egzaminu	-
Przygotowanie do zaliczenia wykładu	10
Łączna liczba godzin	**75**
Punkty ECTS za moduł	**3**

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. Czabański B. Kształcenie psychomotoryczne. AWF Wrocław 2000.
3. Boyle M., Nowoczesny trening funkcjonalny, Wyd. Galaktyka, 2019

Literatura uzupełniająca:

1. Powięź : sport i aktywność ruchowa , Schleip R., Baker A. (red.), Wrocław : Edra Urban & Partner, 2017.
2. Coulter, H. D. Anatomia hatha jogi : podręcznik dla uczniów, nauczycieli i praktykujących, Kraków : A-ti 2018
3. Fugiel J., K. Czajka, P. Posłuszny, T. Sławińska, Motoryczność człowieka. Podstawowe zagadnienia z antropomotoryki, Wrocław : MedPharm Polska, 2017
4. Literatura i artykuły związane z tematyką przedmiotu
5. Strony WWW i filmy szkoleniowe/instruktażowe/poglądowe - związane z tematyką przedmiotu