

KARTA MODUŁU KSZTAŁCENIA

Informacje ogólne							
PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA IM. WITELONA W LEGNICY WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU I KULTURZE FIZYCZNEJ							
Kierunek studiów:	Coaching zdrowego stylu życia						
Profil studiów:	Praktyczny						
Forma studiów:	Pierwszego stopnia - stacjonarne/niestacjonarne						
Nazwa modułu:	Metodyka prowadzenia zajęć ruchowych						
Kod modułu kształcenia:	MK_CZ020						
Rodzaj modułu kształcenia:	Obowiązkowy						
Rok studiów	2	Forma zajęć i liczba godzin:					
Semestr	4	Wykłady	Ćwiczenia	Laboratoria	Seminaria	Zajęcia praktyczne	Praktyka zawodowa
Liczba punktów ECTS:	3	20	30				
Forma zaliczenia		Zaliczenie na ocenę					

Autor programu: dr Katarzyna Lisowska

Cele kształcenia:

Cel 1. Poszerzenie wiedzy w zakresie rozpoznawania potrzeb i możliwości ruchowych osób w różnym wieku

Cel 2. Przygotowanie do samodzielnego organizowania i prowadzenia zajęć o charakterze rekreacyjnym

Wymagania wstępne: podstawowa znajomość biologii, fizjologii, biomechaniki i psychologii

Efekty kształcenia:

Wiedza:

EK1: Opisuje i objaśnia metodykę wykonania ruchów

EK2: Posiada wiedzę z zakresu czynności ruchowych człowieka

EK3: Zna zasady, środki, formy i metody stosowane w organizowaniu i prowadzeniu zajęć ruchowych.

Umiejętności:

EK4: Potrafi przeprowadzić proces nauczania ruchów, używając fachowego nazewnictwa

EK5: Potrafi dobrać odpowiednie formy aktywności ruchowej i przeprowadzić proces nauczania z uwzględnieniem aspektów rozwojowych i metodyki nauczania ruchu u osób w różnym wieku.

Kompetencje społeczne:

EK6: Wykazuje się aktywną postawą i dbałością o ciągłe podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych – rozwija sprawność fizyczną, pogłębia wiedzę i demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia.

Treści kształcenia:**Wykłady:**

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin
W1	Ogólna znajomość budowy i funkcji organizmu człowieka oraz jego rozwoju biologicznego i motorycznego	2
W2	Motoryczność człowieka - rodzaje, metody i techniki badań oraz koncepcje motoryczności, elementy ruchu	2
W3	Metody oceny sprawności ruchowej w zakresie niezbędnym dla oceny możliwości i efektów podejmowania rekreacyjnej aktywności fizycznej	4
W4	Zasady procesu nauczania. Cele, zadania, środki, formy i metody wykorzystywane w procesie nauczania i uczenia się ruchu i jego doskonalenia	2
W5	Przygotowanie zajęć aktywności ruchowej- osnowa i organizacja zajęć	5
W6	Zasady prowadzenia zajęć w zależności od kategorii wiekowej, i sprawności ruchowej	2
W7	Planowanie zajęć ruchowych o charakterze rekreacyjnym (imprezy sportowo -rekreacyjne), okazjonalne (wypoczynek weekendowy, świąteczny i urlopowy)	3

Ćwiczenia:

Kod	Tematyka zajęć	Liczba godzin
C1	Poznanie i wdrożenie zasad BHP obowiązujących w zajęciach grupowych. Opanowanie zasad opisu ćwiczeń, ich płaszczyzn i nazewnictwa	2
C2	Metodyka nauczania ćwiczeń kształtujących i wzmacniających poszczególne partie ciała w różnych pozycjach wyjściowych (wolnych, ze współpartnerem i przyborami)	2
C3	Gry i zabawy ruchowe. Zastosowanie różnych form, środków i metod w procesie nauczania-uczenia się czynności ruchowych w zależności od rodzaju zajęć, grupy ćwiczebnej i zadań zajęć ruchowych	2
C4	Metodyka nauczania wybranych umiejętności technicznych i taktycznych z zakresu piłki koszykowej (poruszania się z piłką i bez piłki, chwytów i podań, rzutów z biegu i pozycyjnych, postępowania w ataku i obronie)	2
C5	Metodyka nauczania wybranych umiejętności technicznych i taktycznych z zakresu piłki siatkowej (poruszania się po boisku, przyjęcia i podania piłki, zagrywki i zbitcia piłki)	2
C6	Metodyka zastosowania przykładowych ćwiczeń	

	ogólnorozwojowych oraz techniczno-taktycznych z zakresu piłki nożnej	2
C7	Zastosowanie gier pomocniczych i ćwiczeń w formie zabawowej do nauczania piłki ręcznej	2
C8	Metodyka i organizacja zajęć ruchowych z wykorzystaniem ringo, badmintona i unihokeja.	2
C9	Dobór i zastosowanie ćwiczeń, zabaw i gier terenowych	2
C10	Kształtowanie zdolności motorycznych z wykorzystaniem różnych form, środków i metod (kondycyjnych, koordynacyjnych i hybrydowych)	2
C11	Przygotowanie osnovy do zajęć ruchowych z osobami różnym wieku i o różnym stopniu sprawności fizycznej (praca własna) Przeprowadzenie fragmentu zajęć	5
C12	Przygotowanie i przeprowadzenie imprezy rekreacyjno-sportowej (praca grupowa)	5

Metody kształcenia (narzędzia dydaktyczne):

MK1: wykład

MK2: dyskusja

MK3: prezentacja

MK4: ćwiczenia praktyczne

Weryfikacja osiągnięcia efektów kształcenia

Z zakresu wiedzy	Efekty kształcenia do przedmiotu
Oceny : 51-60% prawidłowych odpowiedzi – 3,0 61-70% prawidłowych odpowiedzi – 3,5 71-80% prawidłowych odpowiedzi – 4,0 81-90% prawidłowych odpowiedzi – 4,5 91-100% prawidłowych odpowiedzi – 5,0	EK1, EK2, EK3
Z zakresu umiejętności	Efekty kształcenia do przedmiotu
Sprawdzian umiejętności i wiedzy: • zaliczenie praktyczne (obserwacja wykonawstwa), • realizacja zleconego zadania (projekt, osnowa), Kryteria ocen z zakresu umiejętności i wiedzy ocenianych przez prowadzącego: 5,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, określa poziom sprawności fizycznej, dobiera różne formy aktywności fizycznej w zależności od poziomu sprawności i warunków środowiskowych. Potrafi przeprowadzić proces nauczania ruchów, używając fachowego nazewnictwa. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje najwyższe oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 4,5 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, określa poziom sprawności fizycznej, dobiera różne formy aktywności fizycznej w zależności od	EK4, EK5

poziomu sprawności i warunków środowiskowych. Potrafi przeprowadzić proces nauczania ruchów, używając fachowego nazewnictwa. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 80% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 4,0 – student aktywnie uczestniczy w zajęciach, określa poziom sprawności fizycznej, dobiera różne formy aktywności fizycznej w zależności od poziomu sprawności i warunków środowiskowych. Potrafi przeprowadzić proces nauczania ruchów, używając fachowego nazewnictwa. Uczęszcza na wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje 60% najwyższych oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 3,5 – student biernie uczestniczy w zajęciach, określa poziom sprawności fizycznej, dobiera różne formy aktywności fizycznej w zależności od poziomu sprawności i warunków środowiskowych. Uczęszcza na prawie wszystkie zajęcia, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 3,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, określa poziom sprawności fizycznej, dobiera różne formy aktywności fizycznej w zależności od poziomu sprawności i warunków środowiskowych. Uczęszcza na większość zajęć, do których jest przygotowany i uzyskuje poprawne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych. 2,0 – student biernie uczestniczy w zajęciach, nie potrafi określić poziomu sprawności fizycznej, ani dobrać formy aktywności fizycznej w zależności od poziomu sprawności i warunków środowiskowych. Uczestniczy nieregularnie na zajęcia, nie jest do nich przygotowany i uzyskuje negatywne oceny z treści programowych realizowanych w poszczególnych blokach tematycznych.	
Z zakresu kompetencji społecznych	Efekty kształcenia do przedmiotu
Kryteria ocen z zakresu kompetencji społecznych ocenianych przez prowadzącego, kolegów i pacjentów w formie przedłużonej obserwacji postaw i zachowań: 5,0 – Student zawsze wykazuje się aktywną postawą i dbałością o ciągłe podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych – rozwija sprawność fizyczną, pogłębia wiedzę i demonstrowuje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia 4,5 – Student prawie zawsze wykazuje się aktywną postawą i dbałością o ciągłe podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych – rozwija sprawność fizyczną, pogłębia wiedzę i demonstrowuje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia 4,0 – Student często wykazuje się aktywną postawą i dbałością o ciągłe podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych – rozwija sprawność fizyczną, pogłębia wiedzę i demonstrowuje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia 3,5 – Student w większości przypadków wykazuje się aktywną postawą i dbałością o ciągłe podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych –	EK6

rozwija sprawność fizyczną, pogłębia wiedzę i demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia 3,0 – Student niesystematycznie wykazuje się aktywną postawą i dbałością o ciągłe podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych – rozwija sprawność fizyczną, pogłębia wiedzę i demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia 2,0 – Student nie wykazuje się aktywną postawą i dbałością o ciągłe podnoszenie kompetencji zawodowych i osobistych – nie rozwija sprawności fizycznej, nie pogłębia wiedzy i nie demonstruje postawy promującej zdrowie i aktywność fizyczną w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia	
--	--

Kryterium oceny efektów zajęć praktycznych:

Ustalenie oceny końcowej z ćwiczeń odbędzie się na podstawie ocen częściowych otrzymanych przez studenta w czasie trwania zajęć i obecności na zajęciach. W przypadku nieobecności obowiązkowe jest odrobienie zajęć z inną grupą zgodnie z zasadami zaliczania przedmiotu. Ocena końcowa z ćwiczeń obliczana jest według wzoru 75% oceny umiejętności + 25% oceny kompetencji społecznych.

Metody weryfikacji efektów kształcenia przedmiotu:

Ocena formująca:

OF 1 test wiadomości
 OF 2 projekt studencki
 OF 3 sprawdzian praktyczny
 OF4 aktywność na zajęciach
 OF5 obserwacja zachowań

Ocena podsumowująca:

średnia arytmetyczna ocen formujących

Całkowity nakład pracy studenta:

Godziny kontaktowe (wykład, ćwiczenia, laboratorium, seminarium, projekt, konsultacje, obecność na egzaminie itd.)	50
Przygotowanie się do zajęć, w tym czytanie wskazanej literatury	10
Przygotowanie się do kolokwium	15
Przygotowanie się do egzaminu	
Przygotowanie pracy samokształceniowej	
Inne	
Razem	75
Liczba punktów ECTS dla modułu kształcenia	3
Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach godzin kontaktowych	3
Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć praktycznych, laboratoryjnych, projektowych i praktyk zawodowych	2

Tabela odniesień dla modułu kształcenia

Efekt kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów kierunkowych	Cel kształcenia	Treści programowe	Metody kształcenia	Metody weryfikacji efektów kształcenia
EK1	K1C_W03	Cel1, Cel 2	W1 –W7, C1–C12	Wykład, dyskusja, prezentacja, ćwiczenia praktyczne	Test wiadomości
EK2	K1C_W03	Cel1, Cel 2	W1 –W7, C1–C12	Wykład, dyskusja, prezentacja, ćwiczenia praktyczne	Test wiadomości
EK3	K1C_W01 K1C_W05	Cel1, Cel 2	W3 –W7, C1–C12	Wykład, dyskusja, prezentacja, ćwiczenia praktyczne	Test wiadomości
EK4	K1C_U11	Cel 2	C1–C12	Dyskusja, prezentacja, ćwiczenia praktyczne	Projekt studencki, sprawdzian praktyczny, aktywność na zajęciach
EK5	K1C_U32	Cel1, Cel 2	W4 - W7, C11–C12	Wykład, dyskusja, prezentacja, ćwiczenia praktyczne	Projekt studencki, sprawdzian praktyczny, aktywność na zajęciach
EK6	K1C_K06 K1C_K08	Cel1, Cel 2	W1 –W7, C1 –C12	Wykład, dyskusja, prezentacja, ćwiczenia praktyczne	Obserwacja zachowań

Literatura podstawowa:

1. Bronikowski M.: Dydaktyka wychowania fizycznego, fizjoterapii i sportu. AWF Poznań 2012
2. Klaus W. Vopel: Poradnik dla prowadzących grupy. Teoria i praktyka zabawa interakcyjnych, Wyd. Jedność 2004
3. Nowotny J.: Edukacja i reedukacja ruchowa. Kasper 2003
4. Raczek J.: Antropomotoryka Teoria motoryczności człowieka w zarysie. PZWL 2010
5. Talaga J.: Sprawność fizyczna i ogólna. Testy. Poznań 2004
6. Trześniowski T., Zabawy i gry ruchowe, Wyd. WSiP 2008.

7. Urniaż J., Jurgielewicz-Urniaż M, Witkowicz E. Gry i zabawy ruchowe. Przewodnik do ćwiczeń, Wyd. Odnova 2006
8. Gąsior P.: Elementy kształcenia ruchowego i metodyki nauczania ruchu. Nowy Targ 2015
9. Sieniek Cz., Sporty całego życia. Metodyka nauczania, wyd. Helvetica Starachowice 2000

Literatura uzupełniająca:

1. Krajewska E.; Zabawy i ćwiczenia z przyborem nietypowym. Wyd. Lider 2005 r.
2. Kuński H., Trening zdrowotny osób dorosłych, Medsportpress. 2000, Warszawa
3. Nawara H., Nawara U. Gry i zabawy rekreacyjne, Wyd. AWF Wrocław 2003
4. Owczarek S.; Bondarowicz M.; Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej. Wyd. WSiP W-wa 2004 r.
6. Sieniek Cz., Zasób ćwiczeń technicznych z zakresu koszykówki, piłki ręcznej, siatkówki i piłki nożnej dla celów dydaktycznych, wyd. Helvetica Starachowice 2000