

<b>Nazwa zajęć:</b> Metodyka wychowania fizycznego		Physical education methodology	
<b>Kierunek:</b> Pedagogika			<b>Obowiązuje od roku ak.</b> 2019/2020
<b>Poziom:</b>  II stopnia		<b>Profil:</b>  praktyczny	<b>Grupa zajęć:</b> Metodyka poszczególnych typów edukacji z uwzględnieniem sposobów integrowania wiedzy i umiejętności dzieci (uczniów)
<b>Semestr:</b> III	<b>Forma zaliczenia:</b> Z - zaliczenie na ocenę	<b>Punkty ECTS:</b> 2	<b>Zajęcia do wyboru:</b> Tak <b>Język zajęć:</b> język polski
Forma zajęć i liczba godzin na studiach stacjonarnych i niestacjonarnych:			
<b>Ćwiczenia</b> 30 / 16			<b>Suma godzin:</b> 30 / 16
<b>Specjalność:</b> Edukacja wczesnoszkolna i wychowanie przedszkolne			
<b>Nazwiska osób odpowiedzialnych za zajęcia:</b> dr Joanna Syska			
<b>Opis zajęć:</b> Zajęcia wychowania fizycznego to zamierzone i świadome działanie ukierunkowane na kształtowanie postaw w stosunku do ciała i fizycznego funkcjonowania oraz postaw prospołecznych - tj. stosunku do życia i innych ludzi, przekonań i wartości moralnych. Równocześnie nastawione na wspieranie rozwoju fizycznego i zdrowia oraz kształtowanie trwałego obyczaju aktywności fizycznej i troski o wydolność fizyczną, sprawność motoryczną i prawidłową postawę ciała. Prowadzenie zajęć wychowania fizycznego wymaga od nauczyciela wiedzy z zakresu teorii i metodyki wychowania fizycznego ale również sprawności fizycznej. Zadaniem przedmiotu jest wyposażenie studentów w wiedzę i umiejętności praktyczne niezbędne do realizacji zagadnień wychowania fizycznego w edukacji wczesnoszkolnej i wychowania przedszkolnego.			
<b>Cele dydaktyczne:</b>			
Przygotowanie studentów do kompleksowej realizacji zadań wychowania fizycznego w edukacji wczesnoszkolnej i wychowania przedszkolnego.			
Przygotowanie studentów do realizacji zadań zawodowych (dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych) wynikających z roli nauczyciela wychowania fizycznego. Wyposażenie studentów w wiedzę i kompetencje umożliwiające integrowanie i praktyczne stosowanie wiedzy z zakresu nauk przyrodniczych, społecznych i humanistycznych w procesie edukacji fizycznej			
Przygotowanie studentów do planowania pracy dydaktycznej i wychowawczej w zakresie wychowania fizycznego - zasady konstruowania planów, tworzenie dokumentacji pracy nauczyciela wychowania fizycznego, tworzenie konspektów lekcji różnych typów i rodzajów lekcji.			
Student dokonuje autorefleksji, Skutecznie zarządza czasem i. Konstruktywnie pracuje z innymi osobami. Dbą o zdrowie fizyczne, psychiczne i emocjonalne, prowadzi prozdrowotny tryb życia			
<b>Metody dydaktyczne:</b>		<b>Metody oceniania:</b>	
MP1	wykład informacyjny	MO1	praca pisemna
MC1	ćwiczenie praktyczne	MO2	przygotowanie do zajęć
MS1	burza mózgów	MO3	aktywność w trakcie zajęć
ME1	pokaz		
<b>Ćwiczenia</b>			
C1	Zabawy ruchowe dla przedszkolaka 3, 4, 5 latka		
C2	Zabawy z naśladowaniem z przyborem lub bez		
C3	Podstawowe ćwiczenia kształtujące nawyk utrzymania prawidłowej postawy ciała;		
C4	Porusza się przy muzyce i do muzyki		
C5	Gimnastyka dla malucha		
C6	Ćwiczenia zapobiegające wadom postawy		
C7	Improwizacja ruchowa, rytmika i taniec.		
C8	Porusza się i tańczy według utworzonych przez siebie układów ruchowych, z rekwizytem, bez rekwizytu do muzyki i przy muzyce		
C9	Tworzenie sekwencji i układów poruszania się do ulubionych przez siebie utworów muzycznych, wykorzystuje je do animacji i zabawy w grupie		
C10	Tańczy według układów ruchowych charakterystycznych dla wybranych tańców (w tym integracyjnych, ludowych polskich oraz innych krajów Europy i świata).		
C11	Zabawy ruchowe dla ucznia z klasy I, II III		
C12	Podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonóż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty;		
C13	Pokonywanie w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, bieg z wysokim unoszeniem kolan, bieg w połączeniu ze skokiem, przenoszeniem przyborów np. piłki, pałeczki, z rzutem do celu ruchomego i nieruchomego, bieg w różnym tempie, realizuje marszobiegi;		
C14	Rzuty i podania jednoręcz, w miejscu i ruchu, oburącz do przodu, znad głowy, piłką małą i dużą, rzuca małymi przyborami na odległość i do celu, skoki jednonóż i obunóż ze zmianą tempa, kierunku, pozycji ciała, skok w dal dowolnym sposobem, skok przez skakankę, przeskok zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze;		
C15	Ćwiczenia zwinnościowe: skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, czworakowanie ze zmianą kierunku i tempa ruchu, wspina się, mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, podnoszenie i przenoszenie przyborów;		
C16	Przewrót w przód z przysiadu podpartego		
C17	Ćwiczenia równoważne bez przyboru i z przyborem np. na ławeczce gimnastycznej;		
C18	Ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy		
C19	Zespołowa zabawa lub gra ruchowa z wykorzystaniem przyboru lub bez;		
C20	Przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych		
C21	Zabawy i gry zespołowe z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek		
C22	Elementy charakterystyczne dla gier zespołowych: rzuty i chwyt ringo, podania piłki do partnera jednorącz i oburącz w miejscu lub w ruchu, odbicia piłki, kozłowanie w miejscu i w ruchu, podania piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki, strzał do celu;		
C23	Ćwiczenia akrobatyczne		
C24	Lekka atletyka - biegi, skoko, rzuty - metodyka nauczania		
C25	Atletyka terenowa		
C26	Zabawy i gry terenowe		
C27	Mini-koszykówka		
C28	Mini-piłka ręczna		
C29	Mini- piłka nożna		
C30	Mini-siatkówka		

**Literatura podstawowa**

1 Grabowski H. (1999): Teoria fizycznej edukacji. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne. Warszawa
2 Osiński W. (1996): Zarys teorii wychowania fizycznego. AWF. Poznań.
3 Madejski E., Węglarz J. (2017): Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego. Podręcznik dla nauczycieli i studentów. Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków
4 Bielski J. (2012): Podstawowe problemy teorii wychowania fizycznego, Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków
5 Warchoł K. (2016): Podstawy metodyki współczesnego wychowania fizycznego. Wydawnictwo Oświatowe FOSZE

**Literatura uzupełniająca**

1 Talaga J. (2004): Sprawność fizyczna ogólna. Zysk i S-ka. Warszawa
2 Zuchora K. (red.) (2000): Myśli i uwagi o wychowaniu fizycznym i sporcie. AWF. Warszawa
3 Bukowiec M. (2000): Wypisy do ćwiczeń z teorii wychowania fizycznego AWF Kraków
4 Mynarski W., Śliżyński J. (2005): Efekty kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej AWF Katowice

**Źródła dodatkowe**

1 Czasopisma: Lider. Wychowanie fizyczne i zdrowotne, Wychowanie Fizyczne i Sport, Sport Wyczynowy
--

**Warunki zaliczenia**

Na końcową ocenę składają się: wykonanie ćwiczeń praktycznych oraz przygotowanie pracy pisemnej z zakresu metodyki wychowania fizycznego

**Przykłady pytań zaliczeniowych**

Zaprezentowanie prawidłowego rzutu i chwytu  
Przeprowadzenie zabawy  
Przeprowadzenie gry  
Zaprezentowanie wybranych tańców

**Obciążenie pracą studenta**

*Studia stacjonarne/niestacjonarne*

Forma pracy studenta	Ćwiczenia				Suma	
Zajęcia z bezpośrednim udziałem nauczyciela	30 g	16 g			30 g	16 g
Zapoznanie się z literaturą przedmiotu	5 g	7 g			5 g	7 g
Przygotowanie się do zajęć	3g	8 g			3 g	8g
Przygotowanie się do kolokwium						
Realizacja zadanych ćwiczeń i zadań	7 g	12 g			7 g	12 g
Przygotowanie sprawozdania z ćwiczeń						
Przygotowanie projektu / pracy	5g	7g			5g	7g
Przygotowanie się i udział w egzaminie						
	50 g	50 g			50 g	50 g

Efekty uczenia się	KEK	Treści kształcenia	Metody dydaktyczne	M. oceniania
ma uporządkowaną wiedzę z zakresu metodyki wychowania fizycznego (nauczania i uczenia się elementów ruchowych)	K_W03	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
posiada zaawansowaną wiedzę kierunkową z zakresu metodyki wychowania fizycznego	U_W1 1	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
potrafi wykorzystywać i integrować wiedzę teoretyczną z zakresu metodyki wychowania fizycznego oraz powiązanych z nią dyscyplin w celu analizy złożonych problemów edukacyjnych, wychowawczych, opiekuńczych, kulturalnych, pomocowych i terapeutycznych, a także diagnozowania i projektowania rozwiązań i działań praktycznych	K_U05	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
potrafi pracować w zespole, a także pełnić rolę lidera w celu efektywnego wykonania zadań ruchowych	K_U12	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
posługuje się wiedzą z zakresu metodyki wychowania fizycznego w celu definiowania i analizy podejmowanych działań praktycznych	K_K02	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
docenia znaczenie metodyki wychowania fizycznego dla rozwoju jednostki i prawidłowych więzi w środowiskach społecznych, ma pozytywne nastawienie do nabywania wiedzy z zakresu wychowania fizycznego i budowania warsztatu pracy pedagoga	K_K09	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
posiada wiedzę na temat metodyki wykonywania zadań ruchowych – norm, procedur i dobrych praktyk stosowanych na lekcji wychowania fizycznego	N_W1 0	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
posiada wiedzę na temat bezpieczeństwa i higieny na zajęciach wychowania fizycznego	N_W1 1	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3

potrafi ocenić przydatność typowych metod, procedur i dobrych praktyk do realizacji zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych na zajęciach wychowania fizycznego związanych z odpowiednimi etapami edukacyjnymi	N_U07	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
potrafi kierować procesami kształcenia i wychowania, posiada umiejętność pracy z grupą (zespołem wychowawczym, klasowym) na zajęciach wychowania fizycznego	N_U09	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności z zakresu metodyki wychowania fizycznego; rozumie potrzebę ciągłego dokształcania się zawodowego i rozwoju osobistego z zakresu dyscyplin sportowych; dokonuje oceny własnych kompetencji i doskonali umiejętności w trakcie realizowania działań pedagogicznych (dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych)	N_K01	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3
odpowiedzialnie przygotowuje się do zajęć wychowania fizycznego, projektuje i wykonuje działania pedagogiczne (dydaktyczne, wychowawcze i opiekuńcze)	N_K06	C1-30	MP1, MC1, MS1, ME1	MO1, MO2, MO3