

SYLABUS PRZEDMIOTU

Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu

Liczba punktów ECTS: 6

Kod Przedmiotu: C02

Kategoria przedmiotu/modułu: Podstawy fizjoterapii

Kierunek studiów:	Fizjoterapia
Forma studiów:	Stacjonarne
Poziom studiów:	Jednolite studia magisterskie
Profil studiów	Praktyczny
Jednostka prowadząca:	Wydział Nauk o Zdrowiu
Język wykładowy:	Polski
Koordynator przedmiotu:	

1. Sumaryczna liczba godzin

Forma kształcenia		Łączna liczba godzin
Bezpośredni kontakt z nauczycielem akademickim	Wykład	30
	Laboratoria	-
	Ćwiczenia audytoryjne	60
	Seminaria	-
	Konsultacje	-
Godziny studenta		60
SUMA GODZIN		150

2. Formy zaliczenia przedmiotu

Forma zajęć	Liczba godzin	Semestr	Rok studiów	Forma zaliczenia przedmiotu (E, Z/O, Z)
Wykład	30	I, II	I	Z, E
Seminaria	-	-	-	-
Ćwiczenia audytoryjne	60	I, II	I	Z/O, Z

3. Cel przedmiotu

C1. Zdobyć wiedzy na temat metodyki nauczania ruchów oraz kształtowania umiejętności ruchowych.

C2. Tworzenie przykładowych schematów przygotowujących do zajęć ruchowych w różnych formach pracy, praktyczna znajomość pozycji wyjściowych do ćwiczeń ruchowych oraz podstawowych rodzajów ćwiczeń wykorzystywanych w fizjoterapii.

C3. Kształcenie umiejętności prowadzenia zajęć ruchowych w różnych formach i metodach, w zależności od grup pacjentów.

4. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i postaw

1. Umiejętność pracy samodzielnej
2. Umiejętność pracy zespołowej
3. Podstawy fizjologii i anatomii człowieka na poziomie szkoły średniej

5. Oczekiwane efekty uczenia się

Nr efektu	Szczegółowe efekty uczenia się (wg. STANDARDU KSZTAŁCENIA PRZYGOTOWUJĄCEGO DO WYKONYWANIA ZAWODU FIZJOTERAPEUTY Dz. U. 2019 poz. 1573)	Metody weryfikacji efektów uczenia się (egzamin, kolokwium, prezentacja, praca samokształceniowa, dyskusja, dziennik, obserwacja pracy studenta, analiza przypadku,)			
		Praca samokształceni owa	Zaliczenie	Obserwacja pracy studenta	Egzamin
Wiedza W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie:					
C.W6.	teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych	+	+		+
C.W17.	podstawowe zagadnienia związane z promocją zdrowia i fizjoprofilaktyką	+	+		+
Umiejętności W zakresie umiejętności absolwent potrafi					
C.U5.	konstruować trening medyczny, w tym różnorodne ćwiczenia, dostosowywać poszczególne ćwiczenia do potrzeb ćwiczących, dobrać odpowiednie przyrządy i przybory do ćwiczeń ruchowych oraz stopniować trudność wykonywanych ćwiczeń		+	+	
C.U6.	dobierać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego		+	+	
C.U7.	wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń		+	+	
C.U17.	podejmować działania promujące zdrowy styl życia na różnych poziomach oraz zaprojektować programy profilaktyczne w zależności od wieku, płci, stanu zdrowia oraz warunków życia pacjenta, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej		+	+	

6. Kryteria oceny efektów uczenia się

na ocenę 2.0	na ocenę 3.0	na ocenę 3.5	na ocenę 4.0	na ocenę 4.5	na ocenę 5
Student nie opanował zakładanych efektów uczenia się	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 55-64%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 65-74%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 75-84%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 85-94%	Student opanował zakładane efekty uczenia się w zakresie 95-100%

7. Treści programowe

L.p.	Tematyka
1.	Charakterystyka przedmiotu i realizowanych zagadnień oraz formy zaliczenia częściowego i końcowego przedmiotu. Obowiązująca literatura przedmiotu. Aktywność fizyczna i jej funkcje. Kultura fizyczna i jej formy - wychowanie fizyczne, sport, turystyka, rekreacja i rehabilitacja ruchowa. Uzdolnienia ruchowe, sprawność ruchowa i fizyczna, testy sprawnościowe.
2.	Metodyka nauczania ruchu. Ogniwa metodyczne. Metody nauczania ćwiczeń ruchowych. Podstawowe zasady dydaktyczne. Metody nauczania ruchu a kategorie wiekowe.
3.	Formy i rozwiązania organizacyjne zajęć ruchowych.
4.	Wpływ ruchu na układy: kostno-stawowo-więzadłowy, mięśniowy, krążeniowo-oddechowy, nerwowy. Osie i płaszczyzny ruchu. Nazewnictwo pozycji wyjściowych i opis ruchu. Zajęcia praktyczne na sali gimnastycznej.
5.	Fazy koordynacji ogólnej, precyzyjnej, stabilizacji i adaptacji, Ćwiczenia ruchowe – systematyka ćwiczeń gimnastycznych, korekcyjnych i leczniczych. Zajęcia praktyczne na sali gimnastycznej.
6.	Ćwiczenia kształtujące. Ćwiczenia czynne wolne – ćwiczenia wzmacniające, rozluźniające, rozciągające. Ćwiczenia z przyborami. Relaksacja – trening autogenny Schultza i relaksacja Jacobsona. Zajęcia praktyczne na sali gimnastycznej.
7.	Gry i zabawy ruchowe - podział, metodyka, zasady i uwagi organizacyjno-metodyczne. Zajęcia praktyczne na sali gimnastycznej.
8.	Ćwiczenia w terenie - rodzaje zajęć terenowych, uwagi organizacyjno-metodyczne. Zajęcia praktyczne na sali gimnastycznej i w terenie.
9.	Planowanie zajęć w oparciu o tok zajęć ruchowych. Konspekt i osnowa jako formy przygotowania do prowadzenia zajęć ruchowych. Bezpieczeństwo i higiena pracy.
10.	Analiza konspektów. Przygotowanie przykładowego konspektu – praca w grupach.
13.	Cechy prawidłowej postawy ciała. Systematyka wad postawy. Edukacja i reedukacja posturalna - gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna. Zajęcia praktyczne na Sali gimnastycznej.
14.	Dyscypliny sportowe – ich historia i zasady.
15.	Realizacja przygotowanych konspektów. Zajęcia praktyczne na sali gimnastycznej.

8. Narzędzia dydaktyczne

(prezentacja multimedialna, programy komputerowe, filmy, plansze, sprzęt specjalistyczny, narzędzia, odczynniki)

Rzutnik multimedialny, przyrządy i przybory sportowe na sali gimnastycznej

9. Literatura podstawowa i uzupełniająca

Literatura podstawowa:

1. Groffik D. Metodyka stosowania ćwiczeń fizycznych w profilaktyce i terapii. Wyd. AWF, Katowice, 2009.
2. Karkosz K. Gimnastyka. Systematyka, technika i metodyka wybranych ćwiczeń. AWF Katowice 2006.
3. Motylewski S. Poziomska-Piątkowska E. (red.). Podstawy teorii i metodyki kształcenia umiejętności ruchowych. Uniwersytet Medyczny w Łodzi, Łódź 2008.
4. Owczarek S. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej. WSP Poznań 1998.

5. Śmiglewska M., A. Lewandowski, J. Sarwińska (red.) O procesie nauczania ruchu. Wybrane zagadnienia metodyki edukacji fizycznej. wyd. II OW MW, Bydgoszcz 2015.

Literatura uzupełniająca:

1. Nowotny J. Edukacja i reedukacja ruchowa. SAM Katowice 2002.
2. Nowotny J. Kształcenie umiejętności ruchowych, Śląska Akademia Medyczna, Katowice 2002; wyd 1.
2. Trzeźniowski R. Gry i zabawy ruchowe i terenowe. Warszawa 2000.

Sylabus obowiązuje dla naboru od: 1 października 2024 r.