



KARTA PRZEDMIOTU

C8. Metodyka wychowania fizycznego

Informacje ogólne

| | |
|--|---|
| Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów) | Metodyka wychowania fizycznego (C8) |
| Nazwa przedmiotu (j. ang): | Methodic Physical Education |
| Kierunek studiów: | Wychowanie Fizyczne |
| Poziom studiów: | Studia I stopnia |
| Profil: | Praktyczny (P) |
| Forma studiów: | Studia stacjonarne, studia niestacjonarne |
| Punkty ECTS: | 3 |
| Język wykładowy: | polski |
| Rok akademicki: | 2021/2022 |
| Semestr: | 2,3 |
| Koordinator przedmiotu: | Dr Adam Przybysz |

Elementy wchodzące w skład programu studiów

| Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się dla przedmiotu | | | | |
|---|--|---|---------------------------|--|
| Przygotowanie metodyczne studentów, jako przyszłych nauczycieli lub instruktorów do samodzielnego prowadzenia zajęć w ramach szeroko pojętego wychowania fizycznego, tj. w ramach obowiązkowych lekcji, zajęć pozaszkolnych i pozalekcyjnych. Zaznajomienie z metodami, formami i środkami niezbędnymi w prawidłowej realizacji celów i zadań wychowania fizycznego w szkole. Przeanalizowanie głównej struktury jednostki metodycznej oraz toków szczegółowych lekcji wychowania fizycznego. Zapoznanie studentów z podstawą programową na pierwszych dwóch etapach edukacji fizycznej oraz przygotowanie do planowania procesu lekcyjnego, opracowywania scenariuszy i rozkładów zajęć, rozkładów szczegółowych – rocznych planów dydaktyczno-wychowawczych z wychowania fizycznego. Wyposażenie w wiedzę i kompetencje niezbędne do właściwego prowadzenia procesu kontroli i oceny osiągnięć edukacyjnych uczniów z wychowania fizycznego. Przygotowanie studentów do upowszechniania szkolnej kultury fizycznej poprzez realizację zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych oraz współpracę z jednostkami i organizacjami zajmującymi się promocją k.f. Zaznajomienie studentów z wychowawczo- zdrowotnymi aspektami sportu szkolnego. | | | | |
| Liczba godzin zajęć w ramach poszczególnych form zajęć według planu studiów: | | st. stacjonarne: sem. 2- W. 15 godz. ćw 15 godz, sem. 3- ćw. 20 godz. st. niestacjonarne: sem. 2- W. 10 godz. ćw 10 godz, sem. 3- ćw. 15 godz. | | |
| Opis efektów uczenia się dla przedmiotu | | | | |
| Kod efektu przedmiotu | Student, który zaliczył przedmiot zna i rozumie/potrafi/jest gotów do: | Powiązanie z KEU | Forma zajęć dydaktycznych | Sposób weryfikacji i oceny efektów uczenia się |

| | | | | |
|--------|--|--------------|--|---|
| C8_W01 | Zna i uzasadnia znaczenie metodyki w szkolnym wychowaniu fizycznym (D1/E.1.W1) | K_W01 | Zajęcia teoretyczne, wykład | Kolokwium, egzamin sprawdzający wiedzę |
| C8_W02 | Wie jakie są formy, środki, zasady budowy jednostki, lekcyjnej oraz toki lekcyjne.(D.1/E.1W14) | K_W07 | Zajęcia praktyczne i teoretyczne | Opracowanie scenariusza zajęć, Ocena opanowanych wiadomości - kolokwium, egzamin |
| C8_W03 | Wymieni wychowawczo- zdrowotne aspekty związane z uprawianiem aktywności fizycznej. (D.1/E.1W15) | K_W06 | Praca indywidualna i grupowa podczas zajęć praktycznych i teoretycznych | Prace pisemne, kolokwium, egzamin |
| C8_W04 | Wie, jakie są metody wychowawcze i realizacji zadań ruchowych (w tym konwencjonalne i niekonwencjonalne) wykorzystywane w szkolnym wychowaniu fizycznym . (D.1/E.1W.5) | K_W08 | Zajęcia praktyczne i teoretyczne | ocena stopnia opanowanej wiedzy - kolokwium zaliczeniowe, egzaminu |
| C8_W05 | Wie jak nauczać poszczególne formy aktywności ruchowej w procesie wychowania fizycznego w ramach lekcji, a także zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych(D.1/E.1W.7) | K_W08 | Zajęcia praktyczne i teoretyczne | Ocena opanowanych wiadomości poprzez prowadzenie fragmentu lekcji w czasie zajęć praktycznych, kolokwium, egzamin |
| C8_W06 | Zna i rozumie zagadnienia związane z programem nauczania, tworzeniem i zatwierdzaniem oraz zasadami projektowania procesu kształcenia oraz rozkładu materiału (D.1.W3) | K_W01, K_W05 | Zajęcia praktyczne i teoretyczne | Prace pisemne, kolokwium, egzamin |
| C8_U01 | Umie dobrać zadania ruchowe w czasie rozgrzewki do rzeczywistych potrzeb rozwojowo-zdrowotnych dzieci oraz typu i rodzaju lekcji (D.1/E.1U.6) | K_U02 | Ćwiczenia praktyczne | Ocena samodzielnego prowadzenia zajęć lub części zajęć. Ocena właściwego doboru środków dydaktycznych |
| C8_U02 | Podaje przykłady zadań ruchowych i stosuje je wykorzystując poznane metody oraz formy realizacji zadań ruchowych w odniesieniu do wybranych toków lekcyjnych(D.1/E.1U.6) | K_U03 | Ćwiczenia praktyczne i teoretyczne, praca indywidualna i grupowa | Demonstracja praktycznych umiejętności, systematyczna kontrola i ocena umiejętności. |
| C8_U03 | Potrafi przygotować pisemny plan metodyczny lekcji (konspekt zajęć) w zakresie poznanych toków lekcyjnych (D.1/E.1U.1) | K_U06 | Praca indywidualna studenta, praca z wykorzystaniem dostępnej literatury przedmiotu, w bibliotece, inne źródła | Ocena opracowanych scenariuszy zajęć |

| | | | | | |
|--|--|-------------|--|--|--------|
| C8_U04 | Umie opracować fragment szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej w ujęciu wynikowym do wybranej klasy szkoły podstawowej. (D.1/E.1U.3) | K_U06 | Praca indywidualna studenta, praca z wykorzystaniem dostępnej literatury przedmiotu, w bibliotece, inne źródła | Ocena opracowanych scenariuszy zajęć | |
| C8_U05 | Podaje praktyczne przykłady realizacji zajęć wychowania fizycznego w formie zajęć pozalekcyjnych i pozaszkolnych w odniesieniu do pracy indywidualnej i w zespole (D.1/E.1U.5) | K_U10 | Ćwiczenia teoretyczne | Ocena pracy indywidualnej i zespołowej podczas zajęć, opracowanie schematu działań poprzez pracę po zajęciach | |
| C8_U06 | Potrafi przeanalizować rozkład materiału (D.1.U.2) | K_U10 | Ćwiczenia praktyczne i teoretyczne, praca indywidualna i w grupie | Analiza rozkładu materiału podczas ćwiczeń | |
| C8_K01 | Ma przekonanie o potrzebie sumiennego przygotowywania się do swojej pracy, przejawia dużą inwencję twórczą, a także zaangażowanie podczas pracy indywidualnej i grupowej(D.1/E.1K.5) | K_K01 | Ćwiczenia praktyczne i teoretyczne, praca indywidualna i w grupie, | Sprawdzian praktyczny i teoretyczny. Ocena przygotowania do zajęć, terminowość oddawania prac, scenariuszy zajęć | |
| C8_K02 | Jest przygotowany do roli animatora różnych form aktywności ruchowej w środowisku lokalnym (D.1/E.1K.8). | K_K02 | Ćwiczenia praktyczne i teoretyczne, praca indywidualna i w grupie, konsultacje | Bieżąca kontrola i ocena przejawu zachowania i aktywnego udziału w zajęciach oraz współpracy w grupie, a także aktywność na polu kultury w uczelni i poza nią. | |
| C8_K03 | Przejawia zaangażowanie na polu kultury w uczelni i poza nią, m. in. bierze udział w zawodach, przestrzega zasad etyki - fair play (D.1/E.1K.3). | K_K06 | Udział w zajęciach w ramach kultury fizycznej | Zgromadzone komunikaty, informacje | |
| C8_K04 | Wykazuje chęć współpracy z jednostkami i organizacjami upowszechniającymi aktywność fizyczną, a tym samym zdrowy styl życia (D.1/E.1K.2). | K_K08 | Udział w przedsięwzięciach | Ocena zaangażowania podczas realizacji zadań. | |
| Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS) | | | | | |
| Całkowita liczba punktów ECTS: (A + B) | 3 | stacjonarne | | niestacjonarne | |
| | | Sem.2 | Sem.3 | Sem. 2 | Sem. 3 |

| | | | | | |
|---|---|--|---|---|--|
| A. Liczba godzin kontaktowych z podziałem na formy zajęć oraz liczba punktów ECTS uzyskanych w ramach tych zajęć: | Wykłady Ćwiczenia projektowe m. in. praca indywidualna i w grupach. Ćwiczenia praktyczne – samodzielne prowadzenie fragmentów lekcji wychowania fizycznego i całych jednostek metodycznych Konsultacje w sumie: ECTS | 15 g. 15 g. 30 g 1,2 | 20 g. 5 g. 25 g. 0,8 | 10 g. 10 g. 5 g. 25 g 0,8 | 15g. 5 g. 20 g. 0,6 |
| B. Formy aktywności studentów ramach samokształcenia wraz z planowaną liczbą godzin na każdą formę i liczbą punktów ECTS: | Przygotowanie się studentów do zajęć m.in. praca z książką oraz w sieci internetowej Przygotowanie się do egzaminu Przygotowanie przez studentów m.in. scenariuszy zajęć, przedmiotowego systemu oceniania w sumie: ECTS | 12 g. 15 g. 25 g. 0,8 | 5 g. 5g. 10 g. 0,2 | 15 g. 15 g. 30 g. 1,2 | 10 g 5 g. 15 g. 0,4 |
| C. Liczba godzin zajęć kształtujących umiejętności praktyczne w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS: | Udział w ćwiczeniach konsultacje Przygotowanie się do zajęć, opracowanie konspektów , praca z książką w sumie: ECTS | 15 g 5 g. 15 g. 35 g 1,4 | 20 g. 5 10 g. 35 g. 1,4 | 10 g. 5 g. 15 g. 30 g. 1,2 | 15 g. 5 g. 15 g. 35 g. 1,4 |

Dodatkowe elementy (* - opcjonalnie)

| | |
|---|--|
| Szczegółowe treści kształcenia w ramach poszczególnych form zajęć: | Semestr II Wykłady: 1. Rola i miejsce metodyki wychowania fizycznego w ogólnym planie studiów, cele i zadania przedmiotu, główne kierunki prowadzonych badań teoretyczno-empirycznych, charakterystyka współczesnego systemu szkolnego wychowania fizycznego, literatura podstawowa i uzupełniająca. 2. Nowa podstawa programowa wychowania fizycznego dla I i II etapu edukacji, organizacja nowoczesnego wychowania fizycznego w szkole. 3. Charakterystyka metod wychowania fizycznego – klasyfikacje metod realizacji zadań ruchowych, nauczania ruchu. 4. Metody przekazywania i zdobywania wiadomości z kultury fizycznej, metody wychowawcze w procesie wychowania fizycznego. 5. Formy organizacyjne procesu wychowania fizycznego – formy podziału uczniów, formy porządkowe, formy prowadzenia zajęć. 6. Lekcja wychowania fizycznego jako podstawowa jednostka organizacyjna szkolnej kultury fizycznej – typy i rodzaje lekcji, tok i ogniwa lekcji, zasady budowy lekcji. 7. Charakterystyka podstawowych toków lekcji wychowania fizycznego. |
|---|--|

8. Rola nauczyciela wychowania fizycznego i jego czynności pedagogiczno- dydaktyczne.

Ćwiczenia (projektowe, praktyczne),

1. Mocne i słabe strony współczesnego wychowania fizycznego – analiza SWOT.

2. Metoda naśladowczo-ściśła, zadaniowo-ściśła i programowanego uczenia – tworzenie przykładowych zadań ruchowych.

3. Metoda zabawowo-klasyczna, zabawowo-naśladowcza, bezpośredniej celowości ruchu, programowanego usprawniania się - tworzenie przykładowych zadań ruchowych.

4. Metoda R. Labana, problemowa - tworzenie przykładowych zadań ruchowych.

5. Forma frontalna, zajęć w zespołach, zajęć w zespołach z dodatkowymi zadaniami – tworzenie przykładowych zadań metodycznych.

6. Forma stacyjna, obwodu ćwiczebnego, małych obwodów ćwiczebnych, indywidualna - tworzenie przykładowych zadań metodycznych.

7. Cele i zadania lekcji wychowania fizycznego – formułowanie tematu i zadań lekcji – operacjonalizacja celów wychowania fizycznego, scenariusz zajęć.

8. Ćwiczenia kształtujące (rozgrzewka) – tok ćwiczeń psychomotorycznego przygotowania do zadań głównych lekcji, przygotowanie rozgrzewki lekcji w oparciu o różnorodne metody i formy.

III semestr:

1. Metodyczna analiza głównych toków lekcji wychowania fizycznego.

2. Prowadzenie i omówienie wybranych fragmentów lekcji gier i zabaw ruchowych.

3. Prowadzenie i omówienie wybranych fragmentów lekcji gier zespołowych.

4. Prowadzenie i omówienie wybranych fragmentów lekcji lekkiej atletyki.

5. Prowadzenie i omówienie wybranych fragmentów lekcji gimnastyki.

6. Prowadzenie i omówienie wybranych fragmentów lekcji atletyki terenowej.

7. Analiza przykładowych lekcji kontrolno-oceniających.

IV semestr:

1. Program współczesnego wychowania fizycznego – analiza merytoryczna i metodyczna przykładowych programów nauczania (opracowanych do nowej podstawy programowej wychowania fizycznego – klasy I-III oraz IV- VIII szkoły podstawowej).

2. Opracowanie fragmentu szczegółowego planu pracy dydaktyczno-wychowawczej w ujęciu wynikowym do wybranej klasy szkoły podstawowej.

3. Ocenianie i jego funkcje oraz zasady, przykłady praktyczne.

4. Opracowanie kompleksowego – przedmiotowego systemu oceniania z

| | |
|---|--|
| | <p>wychowania fizycznego.</p> <p>5. Formy uczestnictwa dzieci szkół podstawowych w sporcie szkolnym, zasady współzawodnictwa oraz współpraca z organizacjami upowszechniającymi sport dzieci i młodzieży m.in. (przede wszystkim) z Szkolnym Związkiem Sportowym (SZS).</p> <p>6. Zasady metodyczno- organizacyjne udziału dzieci i młodzieży w innych pozalekcyjnych i pozaszkolnych formach szkolnej kultury fizycznej.</p> |
| Metody i techniki kształcenia: | <p>- metody podające: wykład informacyjny, objaśnienie lub wyjaśnienie, pogadanka</p> <p>- metody problemowe: wykład problemowy, dyskusja dydaktyczna</p> <p>- metody praktyczne: prezentacje własne studentów, praca indywidualna i w grupach.</p> |
| * Warunki i sposób zaliczenia poszczególnych form zajęć, w tym zasady zaliczeń poprawkowych, a także warunki dopuszczenia do egzaminu: | <p>Obowiązkowy, aktywny udział w wykładach i ćwiczeniach zgodnie z harmonogramem zajęć. Dopuszcza się dwie nieusprawiedliwione nieobecności na wykładach i jedną na ćwiczeniach w semestrze. Po każdym semestrze zaliczenie kolokwium sprawdzającego wiedzę z omawianego materiału podczas ćwiczeń. Ocena właściwe opracowanych konspektów zajęć lekcyjnych z wybranego toku lekcyjnego i poprowadzenie fragmentu lekcji. Warunkiem dopuszczenia do egzaminu jest uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń</p> |
| * Zasady udziału w poszczególnych zajęciach, ze wskazaniem, czy obecność studenta na zajęciach jest obowiązkowa: | <p>Obowiązek aktywnego uczestnictwa studenta we wszystkich formach zajęć</p> |
| Sposób obliczania oceny końcowej: | <p>Ocena końcowa z przedmiotu (zarówno w semestrze II, II, III),</p> <ul style="list-style-type: none"> - frekwencja i aktywność na ćwiczeniach 25% - prace zaliczeniowe, m.in. konspekty zajęć, przykładowe fragmenty rozkładów materiałów i planów wynikowych 30% - odpowiedzi ustne 15% - kolokwium zaliczeniowe 30 % <p>Ocena końcowa przedmiotu to średnia arytmetyczna oceny wystawionej z ćwiczeń 60% (średnia z trzech semestrów) oraz oceny z egzaminu 40 % .</p> |
| * Sposób i tryb wyrównywania zaległości powstałych wskutek nieobecności studenta na zajęciach: | <p>Udział w konsultacjach i samodoskonalenie na zajęciach , opracowanie konspektu i prowadzenie zajęć ze studentami. Wykazanie się zaangażowaniem w ramach jednostkami upowszechniającymi szkolną kulturę fizyczną np. Szkolny Związek Sportowy, MOSiR</p> |
| Wymagania wstępne i dodatkowe, szczególnie w odniesieniu do sekwencyjności przedmiotów: | <p>Świadomość uczestniczenia człowieka w kulturze fizycznej oraz formy jej realizacji.</p> <p>Znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka</p> |
| Zalecana literatura: | <p>Literatura podstawowa:</p> <p>Bielski J.2005. <i>Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego</i>. Impuls, Kraków .</p> <p>2. Bronikowski M. (red.).2002. <i>Metodyka wychowania fizycznego w reformowanej szkole</i>. OWeMPI² s.c., Poznań.</p> |

3. Bronikowski M., Radosław M. *Zabawy i gry ruchowe w szkolnym wychowaniu fizycznym*, AWF Poznań.
 4. Grabowski H. 2002 *Uwagi krytyczne o wychowaniu fizycznym i kształceniu nauczycieli*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków.
 5. Janikowska –Siatka M. 2002. *Przykładowe konspekty lekcji z wychowania fizycznego zmierzające do realizacji wybranych osiągnięć ucznia w poszczególnych etapach edukacji szkolnej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków.
 6. Madejski E., Węglarz J. 2007. *Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego*. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007.
 7. Maszczak T., (red.): *Edukacja fizyczna w nowej szkole*. AWF, Warszawa.
 8. Pańczyk W., Warchoń K. 2008. *W kręgu teorii, metodyki i praktyki współczesnego wychowania fizycznego*. Wydanie II uzupełnione. Uniwersytet Rzeszowski 2008.
 9. Pańczyk W., Warchoń K. (red.). 2011. *Nowe – bliższe zdrowiu wychowanie fizyczne (poszukiwania)*, Uniwersytet Rzeszowski 2011.
 10. Strzyżewski S. 1996. *Proces kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej*. WSiP, Warszawa 1996.
 11. Sulisz S. 1997. *Wychowanie fizyczne w edukacji wczesnoszkolnej*, WSiP Warszawa.
 12. Tatarczuk J. 2004. *Metodyka wychowania fizycznego*. UZ, Zielona Góra.
 13. Warchoń K. 2010. *Wybrane zagadnienia z pedagogiki wychowania fizycznego*, PWSZ Krosno.
 14. Warchoń K., Cynarski J. W. 2011. *Wybrane problemy współczesnej teorii i metodyki wychowania fizycznego*, PWSZ Krosno.
 15. Warchoń K. 2013. *Autorski program nauczania wychowania fizycznego dla wszystkich etapów edukacji- Ruch – zdrowie dla każdego*, Wydawnictwo Fosze. Rzeszów .
 16. Warchoń K. 2015. *Planowanie zajęć wychowania fizycznego w edukacji wczesnoszkolnej z uwzględnieniem nowej podstawy programowej i programu „Mały Mistrz”*, Wydawnictwo Fosze, Rzeszów .
 17. Warchoń K. 2017 *Program nauczania wychowania fizycznego dla ośmioletniej szkoły podstawowej*, Wydawnictwo Fosze. Rzeszów .
- Literatura uzupełniająca:**
1. Bielski J. 2012. *Podstawowe problemy teorii wychowania fizycznego*, „Impuls”, Kraków .
 2. Cendrowski Z. (red.)2004. *VI Szósty sejmik szkolnej kultury fizycznej, szkolna kultura fizyczna wobec wyzwań cywilizacyjnych*, Warszawa.
 3. Nitecka- Walery A. (red.).2007. *Kultura fizyczna i zdrowie w kształceniu zintegrowanym*, Wydział Uniwersytetu Gdańskiego.
 4. Przybysz A. 2009 *Miejsce i rola wychowania fizycznego w kształceniu zintegrowanym*[w:] K. Polak (red.): *Nauczyciel wobec wyzwań edukacji zintegrowanej*, Zeszyt dydaktyczno- naukowy PWSZ Krosno, nr 39, s. 83–96.
 5. Przybysz A. 2007 *O szkole i nauczycielu jako sprzymierzeńcach, w kształtowaniu pełnej osobowości ucznia*, „Lider”, Warszawa, nr 11.
- Czasopisma:**
- „Lider”
- „Kultura Fizyczna”

| | |
|--|--|
| | Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne” Przegląd Naukowy Kultury Fizycznej” |
|--|--|