

# Podstawy wychowania fizycznego I - opis przedmiotu

| Informacje ogólne   |                                          |
|---------------------|------------------------------------------|
| Nazwa przedmiotu    | Podstawy wychowania fizycznego I         |
| Kod przedmiotu      | 05.0-WP-PPWM-PWF1                        |
| Wydział             | <a href="#">Wydział Nauk Społecznych</a> |
| Kierunek            | Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna |
| Profil              | ogólnoakademicki                         |
| Rodzaj studiów      | jednolite magisterskie                   |
| Semestr rozpoczęcia | semestr zimowy 2019/2020                 |

| Informacje o przedmiocie        |                                                                                        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Semestr                         | 2                                                                                      |
| Liczba punktów ECTS do zdobycia | 4                                                                                      |
| Typ przedmiotu                  | obowiązkowy                                                                            |
| Język nauczania                 | polski                                                                                 |
| Sylabus opracował               | <ul style="list-style-type: none"><li>dr hab. Ryszard Asienkiewicz, prof. UZ</li></ul> |

| Formy zajęć |                                         |                                        |                                            |                                           |                     |
|-------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------|
| Forma zajęć | Liczba godzin w semestrze (stacjonarne) | Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne) | Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne) | Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne) | Forma zaliczenia    |
| Ćwiczenia   | 30                                      | 2                                      | 18                                         | 1,2                                       | Zaliczenie na ocenę |

## Cel przedmiotu

Ontogenetyczne i aksjologiczne podstawy wychowania fizycznego. Zapoznanie studentów z uwarunkowaniami, przejawami i strukturą motoryczności człowieka z uwzględnieniem okresów ontogenezy oraz implikacji pedagogicznych związanych z rosnącą rolą ruchu jako elementu profilaktyki zdrowia. Zapoznanie z metodami oceny wieku rozwojowego oraz umiejętność praktycznej oceny poziomu motorycznego dziecka Kształtowanie prozdrowotnych postaw wobec ciała w różnych okresach życia.

## Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza dotycząca rozwoju somatycznego i motorycznego człowieka, higieny oraz zachowań prozdrowotnych.

## Zakres tematyczny

**Ćwiczenia.** Cele wychowania fizycznego. Procesy wychowania i kształcenia fizycznego oraz ich funkcje i struktura. Prakseologiczny cykl racjonalnego przebiegu działania a proces wychowania i kształcenia fizycznego. Kształtowanie dyspozycji kierunkowych oraz społeczne czynniki wychowania w kulturze fizycznej. Znaczenie aktywności fizycznej i jej miejsce w wychowaniu fizycznym. Osobnicze i pozaosobnicze uwarunkowania w procesach wychowania i kształcenia fizycznego. Współczesne tendencje oraz propozycje modernizacji wychowania fizycznego. O pedeutologii oraz doborze na studia, kształceniu i przygotowaniu do pracy w dziedzinie kultury fizycznej. Sprawność fizyczna i motoryczność człowieka-podstawowe pojęcia i ich aspekty. Teoretyczne przesłanki procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych. Pomiar w badaniach nad sprawnością fizyczną i motoryczną człowieka. Rozwój struktury i funkcji w ontogenezie. Dymorfizm płciowy motoryczności człowieka. Czynniki kształtujące zdrowie człowieka. Postawa ciała. Prezentacje studentów wybranych testów sprawności fizycznej ogólnej dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym (m.in. test Sekiety B., MTSF, EUROFIT). Praktyczna ocena poziomu sprawności fizycznej.

## Metody kształcenia

Ćwiczenia – obserwacja, metoda poglądowa, metoda analityczna, metoda syntetyczna, dyskusja problemowa, pomiar, praca w grupach, samodzielne opracowywanie materiałów metodycznych, metoda projektowa.

## Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

| Opis efektu                                                                                                                                                                                                                              | Symbole efektów                                                           | Metody weryfikacji                                                                                                                                                         | Forma zajęć                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Zna i rozumie: B.9.W1. terminologię z zakresu aktywności i sprawności fizycznej; B.9.W4. proces uczenia się i nauczania czynności ruchowych; B.9.W6. wybrane współczesne koncepcje i modele wychowania fizycznego w Polsce i na świecie. | <ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">PPiW_W-10</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>test końcowy</li></ul>                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul> |
| Potrąfi: B.9.U2. zachęcić dzieci lub uczniów do podejmowania aktywności fizycznej; B.9.U1. zaplanować zajęcia ruchowe w określonych warunkach;                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">PPiW_U-10</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>aktywność w trakcie zajęć</li><li>dyskusja</li><li>kolokwium</li><li>obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul> |
| Jest gotowy do: B.9.K1. krzewienia postawy dbałości o aktywność fizyczną.                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li><a href="#">PPiW_K-01</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>aktywność w trakcie zajęć</li><li>dyskusja</li></ul>                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>Ćwiczenia</li></ul> |

# Warunki zaliczenia

## Ćwiczenia

Warunkiem uzyskania zaliczenia są pozytywne oceny z wejściówek, kolokwiiów, zadań praktycznych (indywidualnych, zespołowych), a także aktywność na zajęciach. Ćwiczenia kończą się zaliczeniem na ocenę w formie pisemnej (testowo-opisowej), zgodnie z podanymi kryteriami na podstawie testu z progami punktowymi. Ocena pozytywna to zdobycie minimum 60% punktów. Skala ocen: poniżej 60% ocena niedostateczna, 60-68% (3,0), 69-77% (3,5), 78-85% (4,0), 86-93% (4,5), 94-100% (5,0).

Ocena końcowa z ćwiczeń obejmuje dwie składowe: 1 – średnią arytmetyczną wszystkich ocen cząstkowych (50% oceny) oraz 2 – ocenę zaliczenia pisemnego (50 %).

**Skala ocen:** ndst (2,0), dostateczny (3,0), dostateczny plus (3,5), dobry (4,0), dobry plus (4,5), bardzo dobry (5,0);

## Literatura podstawowa

1. Kaczmarek M., Wolański N.(2018): Rozwój biologiczny człowieka od poczęcia do śmierci. PWN. Warszawa.
2. Malinowski A., Tatarczuk J., Asienkiewicz R.(2014): Antropologia dla pedagogów z wybranymi zagadnieniami z chronobiologii i ergonomii. Uniwersytet Zielonogórski. Zielona Góra.
3. Osiński W. (2011): Teoria wychowania fizycznego. AWF, Poznań.
4. Osiński W. (2003): Antropomotoryka, AWF Poznań.
5. Woynarowska B.(2008): Edukacja zdrowotna: podręcznik dla studentów. PWN. Warszawa.
6. Strona internetowa Biblioteki Uniwersytetu Zielonogórskiego: [www.bu.uz.zgora.pl](http://www.bu.uz.zgora.pl)

## Literatura uzupełniająca

1. Asienkiewicz R., Tatarczuk J., Wandycz J.(2019), Dziecko lubuskie. Poziom rozwoju fizycznego chłopców i dziewcząt w wieku 7-18 lat w świetle wybranych czynników społecznych i środowiskowych. Normy biologiczne. Uniwersytet Zielonogórski. Zielona Góra.
2. Dobosz J. (2012):Tabele punktacyjne testów Eurofit, Międzynarodowego i Coopera dla uczniów i uczennic szkół podstawowych. AWF, Warszawa.
3. Dobosz J. (2012): Kondycja fizyczna dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. Siatki centylowe. AWF, Warszawa.
4. Jegier A., Nazar K., Dziak A.(2013):Medycyna sportowa, PZWL, Warszawa.
5. Malinowski A.(2009): Auksologia. Rozwój osobniczy człowieka w ujęciu biomedycznym. Uniwersytet Zielonogórski. Zielona Góra.
6. Osiński W. (red.), (2000), Motoryczność człowieka – jej struktura, zmienność i uwarunkowania, AWF Poznań.
7. Szopa J., Mleczko E., Żak S. (2000), Podstawy antropomotoryki, PWN Warszawa – Kraków.
8. Czasopismo „Kultura Fizyczna”.
9. Czasopismo „Lider”.

## Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Iwona Kopaczyńska, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 10-12-2019 20:13)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ