

Gimnastyka kompensacyjno-korekcyjna - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Gimnastyka kompensacyjno-korekcyjna
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFSP-GKK
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2020/2021

Informacje o przedmiocie	
Semestr	4
Liczba punktów ECTS do zdobycia	4
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Ewa Skorupka

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
Wykład	15	1	9	0,6	Egzamin
Laboratorium	45	3	27	1,8	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie studenta z anatomiczno-fizjologiczną charakterystyką postawy ciała. Patofizjologia wad postawy człowieka, objawy i przyczyny jej zaburzeń. Podanie metodyki i organizacji postępowania korekcyjno-kompensacyjnego, metod oceny postawy ciała i badania funkcjonalnego. Podstawy odnowy biologicznej i kwalifikacji do sportu. Kształtowanie właściwych postaw w stosunku do osób o różnym poziomie rozwoju psychomotorycznego.

Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza z zakresu anatomii, rozwoju fizycznego oraz teorii i metodyki wychowania fizycznego.

Zakres tematyczny

Wykład: Anatomiczne i fizjologiczne podstawy postępowania korekcyjnego (znaczenie układu kostnego, mięśniowego, stabilizacji centralnej kręgosłupa). Postawa-rozwój w ontogenezie, regulacja neurofizjologiczna i biomechaniczna. Przyczyny powstawania wad postawy ciała. Teoria i metodyka postępowania korekcyjno-kompensacyjnego. Klasyfikacja anatomiczno-patologiczna wad postawy i metodyka postępowania korekcyjno-kompensacyjnego w poszczególnych wadach. Profilaktyka zaburzeń postawy ciała, (szkoła pleców, zasady ergonomii w miejscu pracy i wypoczynku ucznia). Badanie narządu ruchu, jako podstawa postępowania korekcyjno-kompensacyjnego. Subiektywne i obiektywne metody oceny postawy ciała. Zadania, środki i metody stosowane w odnowie biologicznej - wspomaganie wypoczynku i treningu sportowego.

Laboratorium: Systematyka pozycji i ćwiczeń korekcyjnych, fazy reedukacji posturalnej – przykłady ćwiczeń z wykorzystaniem zasad propriocepcji, ćwiczenia sensomotoryczne z wykorzystaniem powierzchni niestabilnych, kształtowanie nawyku prawidłowej postawy, zabawy i gry korekcyjne. Wady postawy w płaszczyźnie strzałkowej, czołowej, zniekształcenia klatki piersiowej i wady w obrębie stóp.Praktyczne wykorzystanie zasad profilaktyki zaburzeń postawy ciała, ćwiczenia przyjmowania prawidłowej pozycji siedzącej, ochrona kręgosłupa w czasie pracy fizycznej i wypoczynku. Uprozczone badanie ortopedyczne, testy funkcjonalne, metodyka badania stóp, karty badania postawy ciała. Najczęściej stosowane środki odnowy biologicznej w terapii zaburzeń kręgosłupa i treningu sportowym - wybrane zabiegi z zakresu fizykoterapii. Programowanie odnowy biologicznej w różnych dyscyplinach sportowych.

Metody kształcenia

Wykład: konwencjonalny, metoda podająca, informacyjna z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych.

Laboratorium: pomiar, metoda poglądowa, metoda analityczna, dyskusja problemowa, praca projektowa, samodzielne opracowanie materiałów metodycznych.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Studenta potrafi podjąć działania diagnostyczne, profilaktyczne i terapeutyczne z zakresu postępowania korekcyjno-kompensacyjnego wad postawy ciała u dzieci i młodzieży, analizuje i przewiduje przebieg usprawniania pod kątem negatywnego wpływu na zdrowie i stan narządu ruchu, podejmuje działania profilaktyczne.	K1_U05 K1_U07 O.1.2.U04.	- obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - praca kontrolna - przygotowanie projektu	Laboratorium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student opisuje postawę ciała pod kątem anatomiczno-fizjologicznym, zna patofizjologię i metody oceny wad postawy oraz metodykę i organizację postępowania korekcyjno-kompensacyjnego. Charakteryzuje podstawowe środki odnowy biologicznej.	K1_W05	test egzaminacyjny z progami punktowymi	Wykład
Student jest gotowy na zawodowy kontakt z rodzicami, nauczycielami i innymi specjalistami. Prezentuje prawidłowe postawy w stosunku do osób o różnym poziomie rozwoju psychomotorycznego	K1_K03 O.1.3.K03. O.1.3.K07.	obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Laboratorium
Jest świadomy rozwoju i postępu wiedzy w zakresie postępowania korekcyjno-kompensacyjnego i treningu zdrowotnego, potrafi kierować własnym rozwojem zawodowym i wpływać na prozdrowotne postawy podopiecznych	K1_K02 K1_K05	- obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - przygotowanie projektu	Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykład: egzamin przeprowadzony w formie testu z progami punktowymi, warunkiem zdania jest zdobycie minimum 60% punktów z możliwych do zdobycia. Student jest dopuszczany do zaliczenia wykładów na podstawie zaliczenia laboratorium.

Laboratorium: warunkiem zaliczenia jest uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich zajęć realizowanych w czasie laboratoriów. Ocenie podlegają: kolokwia sprawdzające wiedzę, zadania praktyczne, wykonanie projektu indywidualnego-konspekt zajęć gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej. Student nieobecny na zajęciach powinien uzupełnić braki w terminie uzgodnionym z prowadzącym.

Ocena końcowa: to średnia arytmetyczna wszystkich form przewidzianych do realizacji przedmiotu. Wyniki średniej arytmetycznej ustala się zgodnie z zasadą: średnia 3,25 stanowi ocenę końcową 3,5; średnia 3,75 stanowi ocenę końcową 4,0; średnia 4,25 stanowi ocenę końcową 4,5; średnia 4,75 stanowi ocenę końcową 5,0

Literatura podstawowa

1. Bogdanowicz M. Okrzesik D. Opis i planowanie zajęć według Metody Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne. Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk 2005.
2. Bondarowicz M. Owczarek S. Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej, Wyd. WSiP Warszawa 2011.
3. Nelson A.G. i in. Anatomia stretchingu: ilustrowany przewodnik jak poprawić elastyczność i siłę mięśni. Białystok 2010
4. Owczarek S. Atlas ćwiczeń korekcyjnych. Wyd. WSiP Warszawa 2008.
5. Owczarek S. Ćwiczenia korekcyjne z przyborami Thera-Band (red.) Korso - Usługi w zakresie rehabilitacji ruchowej, Warszawa 2016
6. Romanowska A. Wychowanie do postępowania korekcyjnego. Wyd. Korepetytor Płock 2011.
7. Starrett K. Cordoza G. Bądź sprawny jak lampart: jak pozbyć się bólu, uniknąć kontuzji i zwiększyć sprawność. Wydawnictwo Galaktyka, Łódź 2016
8. Wilczyński J. Korekcja wad postawy. Wyd. Anthropos, Starachowice, 2001.
9. Wilczyński J. Boczne skrzywienie kręgosłupa. Cz. I, II. Wyd. Wszechnica Świętokrzyska Kielce 2000.

Literatura uzupełniająca

1. <http://www.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/zdrowie-matki-i-dziecka/zdrowie-ucznia/aktywnosc-fizyczna-i-sport>
2. <http://www.bu.uz.zgora.pl/>
3. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne.

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 21-05-2020 22:36)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ