

Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu: Moduł 1 - Gimnastyka - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu: Moduł 1 - Gimnastyka
Kod przedmiotu	12.6-WL-FIZJO-KR1G
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Fizjoterapia
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	jednolite magisterskie
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2022/2023

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
Liczba punktów ECTS do zdobycia	1
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Bartłomiej Hes

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
Laboratorium	15	1	-	-	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Poznanie współczesnych kierunków kształcenia ruchowego opartego na technice i metodyce podstawowych ćwiczeń gimnastycznych. Wyposażanie studenta w niezbędną wiedzę dotyczącą kierunków gimnastyki podstawowej. Wskazanie jej ważnej roli w profilaktyce zdrowia oraz w procesie usprawniania. Zapoznanie studenta ze specyfiką zajęć gimnastycznych (zgodnie z zasadą pokazu, objaśnienia, rozliczania, używając odpowiedniego nazewnictwa gimnastycznego, stosując różne metody asekuracji i zasady bezpieczeństwa). Ukierunkowanie studenta do prowadzenia różnego typu ćwiczeń fizycznych zarówno indywidualnych jak i zbiorowych w różnych środowiskach (sale sportowe, boiska sportowe, sale chorych itp.)

Wymagania wstępne

Student posiada umiejętności ruchowe umożliwiające wykonanie podstawowych ćwiczeń.

Zakres tematyczny

1. Przedstawienie kierunków i rodzajów gimnastyki.
2. Systematyka ćwiczeń fizycznych: pozycje wyjściowe do ćwiczeń kształtujących.
3. Systematyka ćwiczeń fizycznych: rodzaje ćwiczeń kształtujących z użyciem i bez użycia przyrządów gimnastycznych.
4. Organizacja zajęć z zakresu gimnastyki podstawowej, przygotowanie do pracy z osobami o różnym poziomie sprawności fizycznej z wykorzystaniem dostępnych środków gimnastycznych.
5. Zastosowanie różnych form i metod nauczania ćwiczeń kształtujących zwinność, równowagę, poprawną postawę ciała, siłę mięśniową, koordynację oraz gibkość.
6. Technika i metodyka podstawowych ćwiczeń zwinnościowo- akrobatycznych - przewroty w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych.

Metody kształcenia

- metody podające (opis, objaśnienie, instruktaż do ćwiczeń, dyskusja moderowana),
- metody problemowe (metoda sytuacyjna, metoda inscenizacji, małe grupy zadaniowe),
- metody eksponujące (pokaz)
- metody praktyczne (ćwiczenia przedmiotowe)

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Zna zasady doboru środków, form i metod terapeutycznych opartych o ćwiczenia gimnastyczne w zależności od rodzaju dysfunkcji, stanu i wieku pacjenta.	C.W5	obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Laboratorium
Zna teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych.	C.W6	zaliczenie - ustne, opisowe, testowe i inne	Laboratorium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student potrafi dobierać i prowadzić ćwiczenia gimnastyczne ukierunkowane na kształtowanie poszczególnych zdolności motorycznych u osób zdrowych oraz z różnymi dysfunkcjami.	• C.U3	• bieżąca kontrola na zajęciach	• Laboratorium
Potrafi dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego.	• C.U6	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
Potrafi wskazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń.	• C.U7	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest aktywne uczestnictwo w zajęciach; sprawdzian z wiedzy z zakresu teoretycznych i metodycznych podstaw procesu uczenia się i nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych (w tym kierunki i rodzaje gimnastyki, systematyki ćwiczeń gimnastycznych, metodyka nauczania); praktyczny sprawdzian umiejętności. Podczas zajęć oceniana jest poprawność używanej terminologii dotyczącej opisu techniki i metodyki nauczania ćwiczeń gimnastycznych, jak również umiejętność prawidłowego i bezpiecznego przygotowania stanowisk do ćwiczeń.

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.

Dopuszcza się 30% nieobecności (usprawiedliwionych), które Student powinien uzupełnić w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia (max na dwa tygodnie przed końcem zajęć). Usprawiedliwioną nieobecność Student/-ka zobowiązani są odpracować w formie odpowiedzi ustnej lub pisemnej (wg wskazań osoby prowadzącej). Pozostałe warunki, nie wymienione w punkcie rozstrzygane są zgodnie z Regulaminem Studiów na Uniwersytecie Zielonogórskim <https://www.uz.zgora.pl/index.php?regulamin-studiow>

Literatura podstawowa

1. Jezierski R., Rybicka A. (2002) Gimnastyka: teoria i metodyka. Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław.
2. Karkosz K. (2006) Gimnastyka : systematyka technika i metodyka wybranych ćwiczeń. Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach, Katowice
3. Kolarczyk E, Arlet A. 2012. Gimnastyka. Skrypt dla studentów Akademii Wychowania Fizycznego kierunku fizjoterapia. Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie. Kraków.
4. Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Literatura uzupełniająca

1. Boyle M. (2019) Nowoczesny trening funkcjonalny. Warszawa, Wydawnictwo Galaktyka
2. Margulec Adamowicz N., Kosmol A., Molik B. (2018). Adaptowana aktywność fizyczna dla fizjoterapeutów. Warszawa PZWL
3. Owczarek S. (2008) Atlas ćwiczeń korekcyjnych. Warszawa, Wydawnictwo WSiP

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr hab. n. med. Magdalena Gibas-Dorna, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 14-04-2022 21:47)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ