

Theory and methodology of gymnastics - course description

General information	
Course name	Theory and methodology of gymnastics
Course ID	16.1-WL-WFSP-TMG
Faculty	Faculty of Biological Sciences
Field of study	Physical Education / Teaching
Education profile	practical
Level of studies	First-cycle studies leading to Bachelor's degree
Beginning semester	winter term 2017/2018

Course information	
Semester	2
ECTS credits to win	2
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	dr Bartłomiej Hes

Classes forms					
The class form	Hours per semester (full-time)	Hours per week (full-time)	Hours per semester (part-time)	Hours per week (part-time)	Form of assignment
Laboratory	30	2	18	1,2	Credit with grade

Aim of the course

Celem przedmiotu jest przygotowanie studentów do prowadzenia lekcji gimnastyki w szkole podstawowej w klasach IV-VI. Zadaniem przedmiotu jest wyposażenie studentów w wiadomości i umiejętności niezbędne do właściwego stosowania ćwiczeń gimnastycznych jako ważnego środka w kształtowaniu fizycznej i psychicznej sfery osobowości dzieci i młodzieży. Nabycie umiejętności: przygotowania, organizacji i prowadzenia zajęć lekcyjnych na poziomie edukacyjnym szkoły podstawowej – tok lekcji gimnastyki, posługiwanie się właściwą przedmiotowi terminologią, znajomością systematyki ćwiczeń gimnastycznych. Nabycie wiedzy dotyczącej metodyki nauczania elementów i ćwiczeń gimnastycznych, sposobu ich asekuracji i samoasekuracji.

Prerequisites

Student posiada umiejętności ruchowe ukierunkowane na formy gimnastyczne i akrobatyczne oraz prezentuje poziom sprawności motorycznej umożliwiający wykonywanie ćwiczeń na specjalistycznych przyrządach gimnastycznych i akrobatycznych.

Scope

Wyposażenie studentów w wiedzę w obszarach: teorii, metodyki i organizacji zadań związanych z prowadzeniem zajęć z zakresu różnych sportów gimnastycznych w tym szczególnie: gimnastyki sportowej, gimnastyki akrobatycznej. Przygotowanie do pracy z dziećmi o różnym poziomie sprawności oraz w różnych warunkach z wykorzystaniem dostępnych środków gimnastycznych. Przedstawienie użytkowych, funkcjonalnych, estetycznych i zdrowotnych walorów sportów gimnastycznych.

Teaching methods

pokaz, praca w grupach, praca indywidualna, pogadanka, obserwacja, opis, objaśnienie.

Learning outcomes and methods of theirs verification

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
Zna kierunki rozwoju gimnastyki, rodzaje gimnastyki i jej miejsce w historii ruchu olimpijskiego.	K1_W07	a pass - oral, descriptive, test and other	Laboratory
Student świadomie i samodzielnie podejmuje działania związane ze swoją autoedukacją i dokształcaniem się, zna swoje ograniczenia i wie kiedy zwrócić się do nauczyciela.	K1_K01 K1_K02	samoocena efektów kształcenia	Laboratory
Posiada wiedzę ogólną o środowisku pracy oraz o unormowaniach prawnych odnoszących się do zawodu nauczyciela i instruktora gimnastyki. Potrafi zorganizować zawody gimnastyczne dla dzieci w klasach IV-VI.	K1_U09	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
Posiada umiejętności techniczne posługiwania się sprzętem gimnastycznym. Student zna zasady doboru muzyki do ćwiczeń gimnastycznych.	K1_U11	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
Student realizuje zadania z dbałością o bezpieczeństwo i higienę pracy w szkołach, ze szczególnym uwzględnieniem zajęć z gimnastyki. Potrafi formułować opinie odnoszące się do zawodu nauczyciela i instruktora gimnastyki.	K1_K07 K1_K08	samoocena efektów kształcenia.	Laboratory

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
Student samodzielnie podejmuje działania ruchowe związane z rozwojem, utrzymaniem lub podniesieniem własnej sprawności fizycznej, niezbędnej do realizacji zajęć gimnastyki.	• K1_K09	• samoocena efektów kształcenia	• Laboratory
Student potrafi prawidłowo i zwięźle objaśniać technikę wykonania poszczególnych elementów, demonstrować, asekurować i prawidłowo stosować metodykę nauczania podczas realizacji zadań ruchowych z zakresu gimnastyki sportowej i akrobatyki sportowej.	• K1_U07	• an observation and evaluation of the student's practical skills	• Laboratory
Student potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy występujące podczas zajęć z gimnastyki.	• K1_K06	• an oral response	• Laboratory
Student potrafi wskazać błędy w wykonaniu ćwiczeń gimnastycznych i właściwie je poprawiać. Potrafi dobrać odpowiednie ćwiczenia do wieku ucznia.	• K1_U05	• an observation and evaluation of the student's practical skills	• Laboratory
Student jest świadomy stosowania ćwiczeń kształtujących i porządkowo -dyscyplinujących, potrafi odpowiednio dobrać ćwiczenia w zależności od płci, wieku, umiejętności ćwiczących, wychwycić błędy w wykonywaniu podstawowych ćwiczeń gimnastycznych przy zachowaniu zasad i przepisów stosownych w gimnastyce.	• K1_K04 • K1_K05	• an observation and evaluation of the student's practical skills	• Laboratory
Potrafi dokonać obserwacji i interpretacji emocji uczniów podczas zajęć z gimnastyki.	• K1_U03	• an observation and evaluation of the student's practical skills	• Laboratory

Assignment conditions

- Uczestnictwo w zajęciach,

- Sprawdzian i ocena wykonania układów ćwiczeń na poszczególnych przyrządach gimnastycznych i akrobatycznych, ocena poprawności wykonania ćwiczeń z zakresu techniki, obszerności ruchu, kompozycji, estetyki i trudności,

- Ocena poprawności używanej terminologii dotyczącej opisu techniki i metodyki nauczania ćwiczeń gimnastycznych podczas wypowiedzi,

- Ocena umiejętność prawidłowego i bezpiecznego przygotowania stanowiska ćwiczeń,

- Uzyskanie oceny pozytywnej zaliczenia z wiedzy z zakresu historii gimnastyki, kierunków i rodzajów gimnastyk, systematyki ćwiczeń gimnastycznych i podziału materiału ćwiczebnego.

Recommended reading

1. Barański K., Janowski D., Mazur A., Morzycki B. (1985): Technika i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń gimnastycznych. AWF, Warszawa.
2. Jezierski R., Rybicka A. (1995): Gimnastyka. Teoria i metodyka AWF, Wrocław.
3. Karniewicz J., Kochanowicz K. (1990): Wybrane zagadnienia teoretycznych i praktycznych podstaw gimnastyki. AWF, Gdańsk.
4. Mazurek L. (1980): Gimnastyka podstawowa – słownictwo, systematyka. Sport i Turystyka, AWF, Warszawa.
5. Nowowiejski A., Kuśmierczyk P., Szyper M., Sułot K. (2007): Zarys przepisów sędziowania w sportach gimnastycznych. ZWWF, Biała Podlaska.
6. Sozański H. (red) (1999): Podstawy teorii treningu. Warszawa.
7. Szot Z.(red) (1992): Technika wykonania i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych. Nauczanie programowane. AWFIS, Gdańsk.

Further reading

1. Barański K. (1977): Wybrane zagadnienia z teorii i praktyki sportu gimnastycznego. AWF, Warszawa.
2. Kaczyński A. (red), (1986): Gimnastyka. AWF, Wrocław.
3. Karniewicz J., Kochanowicz K.(1991): Ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne. AWFIS, Gdańsk.
4. Kochanowicz K., Karniewicz J. (2002): Ćwiczenia wolne w gimnastyce sportowej. Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa.
5. Szot Z.(1992): Gimnastyka – technika wykonania i metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych, AWFIS, Gdańsk.
6. Trześniowski R.(1989): Gry i zabawy ruchowe, wyd. IX. Sport i Turystyka, Warszawa.
7. Żołnierowicz K., Plichta M. 2001: Gimnastyka sportowa dziewcząt. Centralny Ośrodek Sportu, Warszawa

Notes

Prowadzący zajęcia zapewnia studentom możliwość dodatkowych konsultacji warsztatowych na przyrządach 1 raz w tygodniu w dniu i godzinie podanej na początku semestru.

