

Opracowano w ramach realizacji projektu  
„Kształcenie kadr dla sportu – zintegrowany program uczelni” POWR. 03.05.00-00-z051/18-00



**Wydział Wychowania Fizycznego**  
**Katedra Teorii i Metodyki Wychowania**  
**Fizycznego**

Nazwa zajęć: <b>Metodyka wychowania fizycznego</b>		
<b>Kierunek: sport</b>	<b>Rok: II, III</b>	<b>Semestr: 3, 4, 5, 6</b>
<b>Forma zajęć: wykłady / ćwiczenia</b>	<b>Wymiar zajęć: 13/78 godzin</b>	<b>Liczba punktów ECTS: 7</b>
<b>Forma studiów: stacjonarne</b>	<b>Poziom studiów: I stopień</b>	<b>Profil kształcenia: praktyczny</b>
<b>Prowadzący zajęcia:</b>	<b>Wiesław Garbaciak, Krzysztof Skalik</b>	

Wymagania wstępne
brak

## Przedmiotowe efekty uczenia się

Kod	Opis przedmiotowych efektów uczenia się	Efekty uczenia się dla kierunku (K)
<b>W zakresie wiedzy - student zna i rozumie:</b>		
P_W01	Współczesne cele wychowania fizycznego jako wyraz potrzeb indywidualnych i społecznych wychowanka.	K_W09
P_W02	Podstawę programową z wychowania fizycznego dla wszystkich etapów edukacji.	K_W10
P_W03	Rozwój psychofizyczny i motoryczny dzieci i młodzieży.	K_W03
P_W04	Podstawowe zasady rozwijania zdolności motorycznych.	K_W07

P_W05	Uwarunkowania skuteczności nauczania umiejętności w zakresie technik i taktyk sportowych na lekcji wychowania fizycznego i w treningu sportowym.	K_W22
P_W06	Organizację sportu szkolnego.	K_W18
P_W07	Materialne warunki i środki do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego i treningu sportowego.	K_W23
P_W08	Systematykę ćwiczeń dla potrzeb toku lekcyjnego i w treningu sportowym.	K_W23
P_W09	Zasady planowania lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego w postaci konspektu.	K_W10
P_W10	Intelektualizację w procesie wychowania fizycznego i treningu sportowym. Wiadomości z kultury fizycznej jako podstawę zdobycia przez wychowanków kompetencji do podejmowania samodzielnych działań prozdrowotnych i możliwości aktywnych zachowań w różnych obszarach kultury fizycznej.	K_W13
P_W11	Elementy organizacji lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego.	K_W23
P_W12	Formy organizacyjne prowadzenia lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego.	K_W23
P_W13	Aktualne unormowania prawne i przepisy dotyczące bezpieczeństwa w organizacji wychowania fizycznego w szkole i poza szkołą.	K_W18
P_W14	Systematykę metod realizacji zadań ruchowych według Strzyżewskiego.	K_W23
P_W15	Konieczność indywidualizacji w procesie wychowania fizycznego w aspekcie obiektywnych i subiektywnych potrzeb uczniów.	K_W23
P_W16	Organizację zajęć pozalekcyjnych wychowania fizycznego w szkole.	K_W14
P_W17	Sposoby planowania pracy nauczyciela wychowania fizycznego i trenera w cyklach tematycznych.	K_W10
P_W18	Prakseologiczny model wychowania fizycznego.	K_W10
P_W19	Sposoby diagnozowania ucznia, grupy i środowiska oraz podstawy prognozowania. Znaczenie lekcji diagnostycznych.	K_W10 K_W04
P_W20	Kryteria oceny ucznia z wychowania fizycznego.	K_W08 K_W10
P_W21	Wewnętrzny system oceniania i przedmiotowy system oceniania oraz stosowne unormowania prawne, w tym unormowania wewnątrzszkolne.	K_W08 K_W18
P_W22	Teoretyczne podstawy opracowania planu rocznego z wychowania fizycznego dla klasy i zna sposoby jego opracowania.	K_W10
P_W23	Znaczenie planu szkoły z kultury fizycznej w odniesieniu do integracji międzyprzedmiotowej oraz możliwości pełnej realizacji celów szkolnego wychowania fizycznego.	K_W10
<b>W zakresie umiejętności – student potrafi:</b>		
P_U01	Zaprojektować propozycje niekonwencjonalnych środków dydaktycznych do lekcji	K_U04

	wychowania fizycznego i treningu sportowego.	
P_U02	Planować szczegółowo lekcję wychowania fizycznego i treningu sportowego przestrzegając toku i zasad jej budowy.	K_U11
P_U03	Zaprojektować cele operacyjne lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego dotyczące rozwijania zdolności motorycznych.	K_U11
P_U04	Zaprojektować cele operacyjne dotyczące nauczania umiejętności w zakresie technik i taktyk sportowych w lekcji wychowania fizycznego i treningu (gry zespołowe, gimnastyka, lekka atletyka i inne).	K_U11
P_U05	Planować przekazywanie i utrwalanie wiadomości w lekcji wychowania fizycznego dobierając właściwe metody (pokazu, opisu, opowiadania i pogadanki).	K_U05
P_U06	Zaprojektować praktyczne rozwiązania z wykorzystaniem form organizacyjnych w zależności od celów, wieku uczniów i typu lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego.	K_U08
P_U07	Opracować przykłady metod realizacji zadań ruchowych i stawiania ucznia w sytuacji zadaniowej zgodnie z modelem metody stosownie do planowanych celów.	K_U08
P_U08	Projektować praktyczne rozwiązania indywidualizacji na lekcji wychowania fizycznego i w treningu sportowym z wykorzystaniem poznanych rozwiązań organizacyjnych i metodycznych.	K_U07 K_U08 K_U09
P_U09	Projektować zajęcia w ramach Szkolnego Związku Sportowego i Uczniowskiego Klubu Sportowego.	K_U09
P_U10	Planować cykl lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego.	K_U08
P_U11	Dokonać diagnozy osobniczej, grupowej i środowiskowej oraz na jej podstawie prognozować efekty pracy z uczniem w ramach wychowania fizycznego i treningu sportowego.	K_U07
P_U12	Zaplanować budżet godzin oraz cele główne poszczególnych cykli tematycznych planu rocznego dla klasy z wychowania fizycznego.	K_U08
P_U13	Opracować zadania kontrolno-oceniające z obszaru wiadomości, zdolności motorycznych i umiejętności ruchowych.	K_U08
<b>W zakresie kompetencji społecznych – student jest gotów do:</b>		
P_K01	Samooceń własnych kompetencji w zakresie planowania lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego.	K_K01
P_K02	Do świadomej współpracy w zespole i odpowiedzialny za swoje działania i zachowanie.	K_K07 K_K08
P_K03	Projektowania i realizacji procesu dydaktyczno-wychowawczego w sposób zapewniający bezpieczeństwo uczniom.	K_K09 K_K15
P_K04	Stosowania indywidualizacji w lekcji wychowania fizycznego i w treningu sportowym.	K_K06
P_K05	Współpracy w grupie na rzecz doskonalenia procesu edukacji i treningu sportowego.	K_K07
P_K06	Uświadczenia siebie potrzeby dbania o własną sprawność fizyczną i zdrowie w promowaniu zdrowego stylu życia	K_K18
P_K07	Podjęmowania zindywidualizowanych działań pedagogicznych do uczniów o zróżnicowanym poziomie sprawności fizycznej i zainteresowaniach formami aktywności fizycznej.	K_K06

P_K08	Obiektywnego i sprawiedliwego oceniania ucznia i zawodnika w procesie wychowania fizycznego i treningowym.	K_K16
P_K09	Świadomy istnienia etycznego wymiaru oceniania uczniów.	K_K17

Treści programowe		
Lp.	Treści programowe – wykłady	
1.	Współczesne cele wychowania fizycznego jako wyraz potrzeb indywidualnych i społecznych. Cele instrumentalne (pojęcie, zakres). Cele kierunkowe jako kształtowanie pozytywnych postaw wobec kultury fizycznej i różnych jej obszarów (zadania nauczyciela dotyczące kształtowania postaw uczniów w oparciu o poglądy psychologów społecznych). Podmiotowe traktowanie ucznia na lekcji wychowania fizycznego i w treningu sportowym.	
2.	Podstawa programowa z wychowania fizycznego . Cele kształcenia, zadania szczegółowe dla czterech etapów edukacji.	
3.	Rozwój psychofizyczny i motoryczny dzieci i młodzieży. Przejawy rozwoju i wynikające z nich wszechstronne wskazania do pracy w zakresie wychowania fizycznego i sportu.	
4.	Proces nauczania umiejętności w zakresie technik i taktyk sportowych: stadia kształtowania nawyku ruchowego. Przestrzeganie zasad nauczania – uczenia się oraz podejmowanie czynności nauczycielskich warunkiem skuteczności nauczania techniki ruchu.	
5.	Organizacja oraz unormowanie prawne Szkolnego Związku Sportowego i Uczniowskich Klubów Sportowych.	
Lp.	Treści programowe – ćwiczenia	
1.	Materialne warunki i środki do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego i treningu sportowego (obiekty, urządzenia typowe i nietypowe; przyrządy konwencjonalne i niekonwencjonalne; środki dydaktyczne do przekazu informacji). Pojęcia, klasyfikacja.	
2.	Systematyka ćwiczeń w zajęciach ruchowych: porządkowe, kształtujące, użytkowo - sportowe, rozrywkowe, uspokajające – rodzaje, cele, zakres stosowalności; przykłady i zapis ćwiczeń. Tworzenie i przekształcanie form ustawień.	
3.	Lekcja wychowania fizycznego i trening sportowy jako podstawowa forma pracy nauczyciela wychowania fizycznego i trenera. Tok lekcji i zasady budowy lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego (wszechstronności, zmienności pracy, stopniowego natężenia wysiłku).	
4.	Konspekt jako szczegółowy plan lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego; zasady opracowania.	
5.	Planowanie rozwoju zdolności motorycznych w ramach lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego ( na przykładzie jednej zdolności motorycznej).	
6.	Tworzenie ciągów metodycznych dotyczących nauczania umiejętności w zakresie technik i taktyk sportowych w lekcjach wychowania fizycznego i treningu sportowego różnego typu (gry zespołowe, gimnastyka, lekka atletyka itp.).	
7.	Wiadomości dotyczące podejmowania samodzielnej aktywności fizycznej dla zachowania zdrowia. Metody przekazywania i zdobywania wiadomości na lekcjach wychowania fizycznego i w treningu sportowym (pokaz, opis słowny , pogadanka, wykonywanie zadań ruchowych), środki dydaktyczne do przekazu wiadomości.	
8.	Elementy organizacji lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego. Sposoby manewrowania grupą (formy ustawienia, podziału), dobór sprzętu (pobieranie przyborów, rozstawianie przyrządów), dobór ćwiczeń, postawa nauczyciela, miejsce ćwiczeń.	
9.	<p>Formy organizacyjne prowadzenia lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego w zależności od celów, wieku uczniów i typu lekcji i treningu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- forma frontalna i zajęć w zespołach (tryb równoległy i zmienny), z zadaniami dodatkowymi: przykłady praktycznych rozwiązań,</li> <li>- obwód ćwiczebny i tor przeszkód: przykłady praktycznych rozwiązań,</li> <li>- forma indywidualna : przykłady praktycznych rozwiązań</li> </ul> <p>Podstawowe zasady bezpieczeństwa w zależności od wykorzystanych w lekcji i treningu form organizacyjnych podziału i prowadzenia lekcji.</p>	

	Praktyczne przykłady rozwiązań organizacyjnych.
10.	Charakterystyka szczegółowa metod realizacji zadań ruchowych (metody: zadaniowa ścisła, zabawowa naśladowcza, zabawowa klasyczna, bezpośredniej celowości ruchu, ruchowej ekspresji twórczej, problemowa).
11.	Metoda programowanego usprawniania w przygotowaniu ucznia do podejmowania samodzielnej pracy na rzecz sprawności fizycznej i zdrowia.
12.	Zastosowanie metod realizacji zadań ruchowych w pracy pedagogicznej nauczyciela wychowania fizycznego i trenera w zależności od celów operacyjnych lekcji i poziomu rozwoju psychofizycznego uczniów. Warunki bezpieczeństwa w zależności od stosowanej w lekcjach metody.
13.	Praktyczne przykłady indywidualizacji w lekcji wychowania fizycznego.
14.	Planowanie wewnętrznych zawodów sportowych, Dnia Sportu Szkolnego .
15.	Osnowa dla cyklu tematycznego. Planowanie cyklu lekcji wychowania fizycznego i treningu sportowego. Zasady opracowywania.
16.	Prakseologiczny model wychowania fizycznego. Diagnoza (osobnicza, grupowa, środowiskowa) i prognoza jako podstawa planowania pracy w zakresie wychowania fizycznego i treningu sportowego (sposoby diagnozowania i podstawy prognozowania).
17.	Ocena w procesie wychowania fizycznego – funkcje i zakres (ocena procesu dydaktyczno-wychowawczego, ocena pracy nauczyciela i uczniów).
18.	Kryteria oceny ucznia z wychowania fizycznego. Wewnętrzny system oceniania. Unormowania prawne.
19.	Plan roczny dla klasy z wychowania fizycznego. Sposoby opracowania.
20.	Plan szkoły z kultury fizycznej w odniesieniu do integracji międzyprzedmiotowej. Sposoby opracowywania.

### Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej

#### Literatura podstawowa:

1. Górna-Łukasik K., Garbaciak W.: Szkolne wychowanie fizyczne. AWF, Katowice 2012.
2. Górna-Łukasik K.: Przekazywanie wiadomości w procesie wychowania fizycznego – wskazania praktyczne. AWF Katowice, 2010.
3. Podstawa programowa z komentarzami.  
<http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20170000356>  
<http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20180001679>  
<https://www.ore.edu.pl/wp-content/uploads/2018/03/podsta4.pdf>
4. Strzyżewski S.: Proces kształcenia i wychowania fizycznego w kulturze fizycznej. WSiP, Warszawa 2013.
5. Tomik R. : Działalność Uczniowskich Klubów Sportowych. AWF, Katowice 2006.

#### Literatura uzupełniająca:

1. Bronikowski M.: Dydaktyka wychowania fizycznego, fizjoterapii i sportu. AWF, Poznań 2012.
2. Edukacja fizyczna w nowej szkole. Podręcznik dla studentów wychowania fizycznego. Pod red. Tadeusz Maszczała. AWF, Warszawa 2007.
3. Górna-Łukasik K.: Wiadomości z kultury fizycznej – a przygotowanie ucznia do pracy samodzielnej. Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne nr 9, 2009.
4. Górna-Łukasik K., Marszałek M.: Indywidualizacja w procesie wychowania fizycznego-wybrane problemy. Monografia: Współczesne problemy wychowania fizycznego. Red. Skalik K. i Polechoński J. AWF Katowice 2014, str.

73-89.

5. Madejski E., Węglarz J.: Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego. Podręcznik dla nauczycieli i studentów. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2013.

#### Forma i warunki zaliczenia zajęć, w tym zasady dopuszczania do egzaminu / zaliczenia

**Warunkiem zaliczenia przedmiotu** jest wykazanie się znajomością **wszystkich** zagadnień teoretycznych i umiejętność ich praktycznej interpretacji oraz zaliczenie prac metodycznych.

Zaliczenie teoretyczne przedmiotu w **formie opisowej**.

**Egzamin pisemny** w formie opisowej (6 pytań otwartych).

Warunkiem dopuszczenia do egzaminu jest zaliczenie przez studenta wszystkich semestrów.

Student ma możliwość przystąpienia do egzaminu w terminie „zerowym”, jeżeli średnia ocena z wszystkich semestrów wynosi minimum 4,0.

Zaliczenie egzaminu – minimum 51% pozytywnych odpowiedzi.

Ocena **bardzo dobra**: student posiada pogłębioną wiedzę wymienioną w efektach kształcenia, posiada umiejętność wykonywania prac metodycznych charakteryzujących się trafnością doboru treści szczegółowych oraz wykazał się dużym zaangażowaniem na ćwiczeniach.

Ocena **dobra**: student opanował wszystkie zagadnienia teoretyczne, jednak ma pewne trudności z ich praktyczną interpretacją, wykonał prawidłowo prace metodyczne oraz uczęszczał na ćwiczenia wykazując w nich średnie zaangażowanie.

Ocena **dostateczna**: student opanował wiadomości i umiejętności w stopniu podstawowym, jednak posiada luki w ich pogłębionej i praktycznej interpretacji, w zajęciach wykazał się małym zaangażowaniem.

#### Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów uczenia się uzyskanych przez studentów

Zaliczenie pisemne w formie opisowej z treści programowych. Wymagane jest od studenta zaliczenie wszystkich treści przedstawionych w efektach kształcenia w zakresie wiedzy).

Zaliczenie prac metodycznych (w 50% praca studenta wykonywana jest na ćwiczeniach z pomocą nauczyciela). Wymagane jest od studenta zaliczenie wszystkich prac metodycznych określonych w efektach kształcenia dotyczących umiejętności.

#### Stosowane metody dydaktyczne

Wykład, opis, dyskusja dydaktyczna, praca w zespole, praca z książką, burza mózgu.

Nakład pracy studenta - bilans punktów	Stacjonarne	Niestacjonarne
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:</b> Uczestnictwo w wykładach i ćwiczeniach:	91 godzin	
<b>Samodzielna praca studenta:</b> Studiowanie literatury:	20 godzin	
Przygotowanie do ćwiczeń:	14 godzin	
Przygotowanie prac metodycznych:	26 godzin	

Przygotowanie do kolokwium:	16 godzin	
Przygotowanie do egzaminu:	15 godzin	
<b>Łączny nakład pracy studenta wynosi: 182 godziny, co odpowiada 7 punktom ECTS</b>		

**Forma oceny efektów uczenia się**

<b>Przedmiotowe efekty uczenia się</b>	<b>Sprawdzian praktyczny</b>	<b>Sprawdzian/egzamin pisemny</b>	<b>Projekt / prezentacja</b>	<b>Obserwacja /dyskusja dydaktyczna</b>
P_W01 do P_W23		X		
P_U01 do P_U13			X	
P_K01 do P_K09				X