

SYLABUS PRZEDMIOTU

1	Kod przedmiotu	F		
2	Nazwa przedmiotu	Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu		
3	Tytuł, imię i nazwisko wykładowcy			
4	Jednostka realizująca przedmiot (Katedra/Zakład)			
5	Rok studiów, semestr	I i II rok, semestr I, II, III, IV		
6	Ilość godzin	łątzna liczba godzin:	Stacjonarne	Niestacjonarne
		w tym:	135	81
		wykłady :	15	9
		ćwiczenia:	120	72
		inne formy zajęć:		
7	Forma zaliczenia	Zaliczenie na ocenę		
8	Punkty ECTS	2 + 2 + 4 + 5 (łącznie 13)		
9	Pomoce dydaktyczne	Projektor multimedialny		
10	Metody oceny			
11	Uwagi			

Założenie i cele przedmiotu:

Umiejętność postrzegania aktów ruchowych człowieka w różnym ujęciu procesu uczenia się i nauczania ruchów z uwzględnieniem aspektów rozwojowych i metodyki nauczania ruchów; wykorzystywania różnych form aktywności w nauczaniu ruchów oraz planowaniu i kontrolowaniu procesu opanowywania umiejętności ruchowych.

Treści programu:

Umiejętności ruchowe – ich miejsce i rola w aktywności fizycznej człowieka zdrowego i niepełnosprawnego. Akty ruchowe w ujęciu rozwojowym, kinezyologicznym i ergonomicznym. Uczenie się i nauczanie czynności ruchowych. Możliwości i uwarunkowania procesu motorycznego uczenia się człowieka. Etapy opanowywania czynności ruchowych. Podstawowe zasady, metody i środki nauczania czynności ruchowych. Rodzaje aktywności ruchowej. Ćwiczenia statyczne i dynamiczne. Ułatwianie i utrudnianie ćwiczeń. Uczenie się jako eliminacja błędów. Metody i formy kontroli poziomu opanowywania czynności. Możliwości nauczania czynności ruchowych u niepełnosprawnych. Kształtowanie równowagi ciała. Kształtowanie zdolności koordynacyjnych i niektórych czynności manualnych. Postawa i lokomocja w ujęciu rozwojowym. Edukacja i reedukacja posturalna. Potrzeby i możliwości kształtowania, doskonalenia i przywracania lokomocyjnych zdolności człowieka. Ćwiczenia stymulujące kinestezję i propriocepcję. Ogólne zasady lokomocji na wózkach inwalidzkich. Zabawowe i muzyczno-ruchowe formy kształcenia umiejętności ruchowych oraz aktywne i pasywne formy ćwiczeń w wodzie przydatne w procesie usprawniania.

Literatura:

- 1) W. Osiński, Antropomotoryka. Wyd. 2. Poznań 2003
- 2) Naglak Z. Trening sportowy. PWN. Warszawa 1997
- 3) Żarek J. Wytrzymałość w sporcie. AWF. Kraków 1996
- 4) Walicki K. Trening leczniczy. AWF. Warszawa 1997
- 5) Jezierski R., Rybicka A. Gimnastyka. Teoria i metodyka. Wrocław 2002
- 6) Witczak T., Sozański H. Trening siły mięśniowej inwalidów. Zakład Wydawnictw CZSR. Warszawa 1997