*Załącznik nr 6*

|  |  |
| --- | --- |
| **I. KARTA OPISU PRZEDMIOTU** | |
| Kierunek | Pedagogika |
|  |  |
| Poziom kształcenia | studia jednolite magisterskie |
|  |  |
| Profil kształcenia | praktyczny |
|  |  |
| Forma prowadzenia studiów | stacjonarne |
|  |  |
| Przedmiot/kod | Wychowanie fizyczne/PWSZ-0-WF |
|  |  |
| Rok studiów | drugi |
|  |  |
| Semestr | trzeci |
| Liczba godzin | Wykłady: Ćwiczenia: 30 Laboratorium: |
| Liczba punktów ECTS | 0 ECTS |
| Prowadzący przedmiot | Dr K. Dworniczek |
| Wymagania wstępne  w zakresie wiedzy, umiejętności, kompetencji personalnych i społecznych | Znajomość podstawowych zagadnień związanych z rytmem, tempem muzycznym. Znajomość podstawowych zagadnień  z biologii, anatomii człowieka. |
| Cel (cele) przedmiotu | Wyposażenie studentów w wiedzę i umiejętności niezbędne do planowania, przygotowania i prowadzenia zajęć rytmiczno-ruchowych z dziećmi. Wzmacnianie i rozwijanie poszczególnych grup mięśniowych. Umiejętność doboru i prowadzenia ćwiczeń kształtujących i rozciągających przy muzyce z dziećmi. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **II. EFEKTY UCZENIA SIĘ** | | |
| Symbole efektów uczenia się | Potwierdzenie osiągnięcia efektów uczenia się | Odniesienie do efektów uczenia się dla kierunku studiów |
| PWSZ-0-WF\_01 | Posiada wiedzę w zakresie karty opisu przedmiotu (cele i efekty uczenia się) oraz zasad bezpieczeństwa i higieny pracy w odniesieniu do przedmiotu.  Zna, ćwiczenia, zabawy i środki stosowane podczas prowadzenia zajęć ruchowych. | SJKPPW\_W22  SJKPPW\_W09  SJKPPW\_W10  SJKPPW\_W11 |
| PWSZ-0-WF\_02 | Nabywa podstawowe umiejętności z zakresu metodyki nauczania podstawowych ćwiczeń oraz tworzenia choreografii tanecznych, w stopniu umożliwiającym prawidłową demonstrację ich wykonania. | SJKPPW\_W10  SJKPPW\_U03  SJKPPW\_U04  SJKPPW\_U08  SJKPPW\_K04 |
| PWSZ-0-WF\_03 | Umiejętnie stosuje nabyte podczas zajęć środki nauczające i doskonalące wybrane czynności, niezbędne do nauczania ćwiczeń/układów tanecznych. | SJKPPW\_W11  SJKPPW\_U03  SJKPPW\_U04  SJKPPW\_U08  SJKPPW\_U10  SJKPPW\_K04 |
| PWSZ-0-WF\_04 | Potrafi dobrać i poprowadzić ćwiczenia kształtujące i rozciągające dostosowane do wieku dzieci. | SJKPPW\_W11  SJKPPW\_U03  SJKPPW\_U04  SJKPPW\_U10  SJKPPW\_K04 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **III. TREŚCI KSZTAŁCENIA** | | |
| Symbol | Treści kształcenia | Odniesienie  do efektów uczenia się przedmiotu |
| TK\_1 | Omówienie przedmiotu: zapoznanie studentów z kartą opisu przedmiotu, zapoznanie z efektami uczenia się przewidzianymi dla przedmiotu, zapoznanie z celami przedmiotu realizowanymi w trakcie zajęć. Zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy w odniesieniu do przedmiotu.  Metodyka prowadzenia zajęć ruchowych. Podstawowe pojęcia dotyczące muzyki, rytmiki. Ćwiczenia rytmiczne. | PWSZ-0-WF\_01 |
| TK\_2 | Lekcja funky aerobik- rozgrzewka, (choreografia) część aerobowa, cool down- ćw. uspokajające i stretching. | PWSZ-0-WF\_02  PWSZ-0-WF\_03 |
| TK\_3 | Interwał aerobik- ćwiczenia polegające na połączeniu siłowych form ruchowych na przyrządach lub z przyborami (taśmy gumowe i ciężarki, stepy) w połączeniu z tradycyjnymi krokami aerobiku, które mają na celu zwiększenie częstości skurczów serca. | PWSZ-0-WF\_02  PWSZ-0-WF\_03 |
| TK\_4 | Stretching – ćwiczenia rozciągające poszczególne grupy mięśniowe – technika wykonania, najczęściej występujące błędy i metody ich eliminowania. | PWSZ-0-WF\_04 |
| TK\_5 | Ćwiczenia z dużymi piłkami w parach. Masaż ciała piłkami. | PWSZ-0-WF\_04 |
| TK\_6 | Lekcja step aerobik. | PWSZ-0-WF\_02  PWSZ-0-WF\_03 |
| TK\_7 | Lekcja zumba. | PWSZ-0-WF\_02  PWSZ-0-WF\_03 |

|  |  |
| --- | --- |
| **IV. LITERATURA PRZEDMIOTU** | |
| Podstawowa | 1. Siedlecka B., Biliński W. (red.), Taniec w edukacji dzieci i młodzieży: podręcznik dla nauczycieli, Wrocław 2003.  2. Bielski J., Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego. Podręcznik dla nauczycieli wychowania fizycznego i studentów studiów pedagogicznych, Kraków 2005.  3. Madejski E., Węglarz J., Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego, Kraków 2007. |
| Uzupełniająca | 1.Olex-Mierzejewska D., Fitness. Teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. Katowice 2002.  2. Stadnicki A., Tańce dla dzieci, Warszawa 1994.  3. Kulesza B., Taniec w edukacji szkolnej, Gdańsk 2000.  4. Smoczyńska-Nachtman U., Zabawy i ćwiczenia przy muzyce, Warszawa 1983. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **V. SPOSÓB OCENIANIA PRACY STUDENTA** | | | | |
| Symbol efektu uczenia się dla przedmiotu | Symbol treści kształcenia realizowanych w trakcie zajęć | Forma realizacji treści kształcenia | Typ oceniania | Metody oceny |
| PWSZ-0-WF\_01 | TK\_1 | Ćwiczenia | P | Praca grupowa |
| PWSZ-0-WF\_02 | TK\_2, TK\_3, TK\_, TK\_7 | Ćwiczenia | P | Praca grupowa |
| PWSZ-0-WF\_03 | TK\_2, TK\_3, TK\_, TK\_7 | Ćwiczenia | P | Praca grupowa |
| PWSZ-0-WF\_04 | TK\_4, TK\_5 | Ćwiczenia | P | Praca grupowa |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **VI. OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA** | | |
| Forma aktywności | Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności | |
| **Godziny zajęć z nauczycielem** | Godz. | ECTS |
| 1. Wykład |  |  |
| 2. Ćwiczenia | 30 |  |
| 3. Laboratorium |  |  |
| **Praca własna studenta** | Godz. 30 | |
| 1. Przygotowanie do zajęć | 15 | |
| 2. Przygotowanie do zadania grupowego | 15 | |
| **Łączny nakład pracy studenta** | 60 | |
| **Sumaryczna liczba punktów ECTS z przedmiotu** | ECTS | |
| **Nakład pracy studenta związany z zajęciami o charakterze praktycznym** | ECTS | |
| **Nakład pracy związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich** | ECTS | |

|  |
| --- |
| **VII. Zasady wyliczania nakładu pracy studenta** |
| Studia stacjonarne  75% x 1 ECTS = godziny wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela  25% x 1 ECTS = godziny poświęcone przez studenta na pracę własną  Studia niestacjonarne  50% x 1 ECTS = godziny wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela  50% x 1 ECTS = godziny poświęcone przez studenta na pracę własną  Praktyka zawodowa  100% x 1 ECTS = godziny wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela  Zajęcia praktyczne na kierunku pielęgniarstwo  100% x 1 ECTS = godziny wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela |

|  |  |
| --- | --- |
| **VII. KRYTERIA OCENY** | |
| 5 | znakomita wiedza, umiejętności, kompetencje |
| 4,5 | bardzo dobra wiedza, umiejętności, kompetencje |
| 4 | dobra wiedza, umiejętności, kompetencje |
| 3,5 | zadawalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, ale ze znacznymi niedociągnięciami |
| 3 | zadawalająca wiedza, umiejętności, kompetencje, z licznymi błędami |
| 2 | niezadawalająca wiedza, umiejętności, kompetencje |

Zatwierdzenie karty opisu przedmiotu:

Opracował:

Sprawdził pod względem formalnym (koordynator przedmiotu): mgr Małgorzata Siama

Zatwierdził (Dyrektor Instytutu): dr Monika Kościelniak