

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2024/2025

Kod przedmiotu	0114.7.WF2.B/C23.MWFWSP	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Metodyka wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	drugiego stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	dr n. o kł. Małgorzata Markowska
1.6. Kontakt	markos@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	język polski
2.2. Wymagania wstępne*	znajomość metodyki wychowania fizycznego na poziomie licencjatu

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia w pomieszczeniach dydaktycznych UJK, sala gimnastyczna	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	Egzamin, zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	wykłady: wykłady problemowe, pogadanka, objaśnienie, wypowiedź, praca ze źródłem drukowanym (programem, rozkładem zajęć, materiałem metodycznym), dyskusja, ćwiczenia: ćwiczenia praktyczne na Sali gimnastycznej	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Warchoł K. Program nauczania wychowania fizycznego dla liceum, technikum oraz branżowej szkoły I i II stopnia. Wyd. Fosze, 2018. 2. Madejski T., Węglarz J., Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego. Podręcznik dla nauczycieli i studentów, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2007. 3. Pańczyk W., Warchoł K.: W kręgu teorii, metodyki i praktyki współczesnego wychowania fizycznego. Wyd. Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2008. 4. Programy nauczania w rzeczywistości szkolnej. Tworzenie – wybór – ewaluacja. Ośrodek Rozwoju Edukacji http://www.cen.gda.pl/pliki/aktual/211020121.pdf.
	uzupełniająca	1. Bondarowicz M., Staniszewski T., Podstawy teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych. AWF, Warszawa 2000. 2. Janikowska – Siatka M. Przykładowe konspekty lekcji wychowania fizycznego. Impuls Kraków 2002. 3. Kierczak U., Glos T., Poradnik metodyczny. Wychowanie fizyczne. Gimnazjum WSiP, Warszawa 2002. 4. Kierczak U., Glos T., Poradnik metodyczny. Wychowanie fizyczne. Szkoła ponadgimnazjalna. WSiP, Warszawa 2002.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady:

C1 (wiedza) – Zapoznanie z celami i zadaniami wychowania fizycznego na poziomie ponadpodstwowym

C2 (umiejętności) - Przygotowanie do planowania i organizowania pracy nauczyciela wychowania fizycznego na etapie ponadpodstwowym

C3 (kompetencje społeczne) - Kreowanie postaw innowacyjnego i refleksyjnego działania w przyszłej pracy zawodowej.

Ćwiczenia:

C1 (wiedza) – Przygotowanie studentów do kompleksowej realizacji zadań wychowania fizycznego w szkołach na wszystkich poziomach edukacji ze szczególnym uwzględnieniem szkolnictwa ponadpodstwowego.

C2 (umiejętności) - Rozwój kompetencji przedmiotowych studentów w zakresie planowania, efektywnej realizacji i ewaluacji procesu wychowania fizycznego.

C3 (kompetencje społeczne) - Uważliwienie przyszłych pedagogów na osobowościowy wymiar kwalifikacji zawodowych, łączących się z systemem wartości, sferą uczuć, emocji oraz motywacji.

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady:

1. Cele i zadania wychowania fizycznego na etapie ponadpodstawowym.
2. Wskazania do pracy z młodzieżą na tle ich potrzeb rozwojowych i zdrowia.
3. Podstawa programowa, programy nauczania - analiza i interpretacja.
4. Aktywność fizyczna ludzi w różnym wieku. Normy aktywności fizycznej odnośnie zdrowego stylu życia.
5. Rola nauczyciela wychowania fizycznego w promowaniu zdrowego stylu życia młodzieży na etapie szkoły ponadpodstawowej.
6. Wychowawcze walory lekcji wychowania fizycznego z młodzieżą starszą.
7. Metody wychowania jako istotne środki stwarzania sytuacji wychowawczych mających na celu kształtowanie pozytywnych postaw prosomatycznych i prospołecznych (wpływu osobistego, sytuacyjnego, społecznego, kierowania samowychowaniem).
8. Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego: sposób ustalenia oceny klasyfikacyjnej, wysiłek jako przedmiot oceny, osiągnięcia edukacyjne jako przedmiot oceny.
9. Pozalekcyjne i pozaszkolne formy wychowania fizycznego młodzieży.
10. Analiza opinii młodzieży o lekcjach wychowania fizycznego na tle współczesnych wyników badań naukowych. Implikacje do praktyki pedagogicznej.

Ćwiczenia:

1. Okresowy plan pracy nauczyciela wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej.
2. Dydaktyczne walory lekcji wychowania fizycznego z młodzieżą starszą (usamodzielnianie ucznia, indywidualizacja, zaawansowana organizacja - forma mieszana, oraz stosowanie metod realizacji zadań ruchowych - metoda programowanego usprawniania się, metody twórcze).
3. Przykłady sytuacji wychowawczych w lekcjach wychowania fizycznego, dzięki którym uczniowie odczuwają motywację do ćwiczeń, osiągają sukces w lekcji.
4. Precyzowanie zadań instrumentalnych i kierunkowych.
5. Programy wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej – treści i osiągnięcia uczniów.
6. Scenariusz (konspekt): planowanie zajęć wychowania fizycznego. Organizacja zajęć wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej. Prowadzenie zajęć przez studentów.
7. Intelktualizacja i indywidualizacja na zajęciach wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej.
8. Samoocena ucznia w wychowaniu fizycznym, scenariusz lekcji poświęconej samoocenie ogólnej sprawności fizycznej.
9. Obserwacje lekcji wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	Zna wymagania podstawy programowej i programów wychowania fizycznego na etapie ponadpodstawowym	WF2P_W20 WF2P_W17 NAU2_W04
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi zaplanować zajęcia dostosowując je do zadań, możliwości osobniczych i indywidualnych potrzeb rozwojowych młodzieży	WF2P_U07 WF2P_U08 NAU2_U02 NAU2_U07 NAU2_U10
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Zna zakres swoich kompetencji zawodowych, dba o profesjonalizm i etyczny aspekt zawodu	WF2P_K03 WF2P_K06 WF2P_K10 NAU2_K01

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin pisemny			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna [±]			Praca w grupie*			Inne – zaliczenie praktyczne		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01	x								x	x									x		
U01	x								x	x									x		
K01									x	x									x		

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	Wynik egzaminu - od 61 do 68% punktów z weryfikacji zakładanych efektów kształcenia. Aktywne uczestnictwo w 50% zajęć.
	3,5	Wynik egzaminu - od 69 do 76% punktów z weryfikacji zakładanych efektów kształcenia. Aktywne uczestnictwo w 60% zajęć.
	4	Wynik egzaminu - od 77 do 84% punktów z weryfikacji zakładanych efektów kształcenia. Aktywne uczestnictwo w 70% zajęć.
	4,5	Wynik egzaminu - od 85 do 92% punktów z weryfikacji zakładanych efektów kształcenia. Aktywne uczestnictwo w 80% zajęć.
	5	Wynik egzaminu - od 93 do 100% punktów z weryfikacji zakładanych efektów kształcenia. Aktywne uczestnictwo w 90% zajęć.
ćwiczenia (C)*	3	Zaliczył praktyczny sprawdzian (prowadzenie lekcji) osiągając 61-68% punktów. Aktywne uczestnictwo w 50% zajęć.
	3,5	Zaliczył praktyczny sprawdzian (prowadzenie lekcji) osiągając 69-76% punktów. Aktywne uczestnictwo w 60% zajęć.
	4	Zaliczył praktyczny sprawdzian (prowadzenie lekcji) osiągając 77-84% punktów. Aktywne uczestnictwo w 70% zajęć.
	4,5	Zaliczył praktyczny sprawdzian (prowadzenie lekcji) osiągając 85-92% punktów. Aktywne uczestnictwo w 80% zajęć.
	5	Zaliczył praktyczny sprawdzian (prowadzenie lekcji) osiągając 93-100% punktów. Aktywne uczestnictwo w 90% zajęć.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	60	40
Udział w wykładach	30	20
Udział w ćwiczeniach	30	20
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	40	60
Przygotowanie do wykładu	5	5
Przygotowanie do ćwiczeń	15	20
Przygotowanie do zaliczenia praktycznego/egzaminu	20	35
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	100
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	4

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....