

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Zabawy i gry ruchowe - teoria i metodyka	
114/P/1/ST/B120			Movement Games and Activities: Theory and Methodology	
Język wykładowy		j. polski		
Rok akademicki		2026/2027		
Kierunek w zakresie		Wychowanie fizyczne		
		Nauk o Kulturze Fizycznej		
Poziom studiów		Studia I stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		stacjonarne		
Semestr / semestry		I		
Przynależność do grupy zajęć		B1 Grupa zajęć kierunkowych - obowiązkowych		
Status przedmiotu		Obowiązkowy		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS
		Wykład	[h]	2 ECTS
		Zajęcia praktyczne	30 [h]	
		...	...	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)		2 ECTS
	z uprawnieniami	Służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego.		2 ECTS
	z dyscypliną	Nauki o Kulturze Fizycznej		2 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne				
Jednostka prowadząca		Katedra Kultury Fizycznej		
Koordynator		dr Stanisław Nowak		
Adres strony internetowej pjo		www.wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		snowak@uthrad.pl		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Cel kształcenia:	• Przygotowanie studentów do planowania, organizowania i prowadzenia zabaw oraz gier ruchowych dla różnych grup wiekowych na różnych poziomach edukacji. • Kształtowanie kompetencji metodycznych niezbędnych w pracy nauczyciela wychowania fizycznego, instruktora i animatora sportu. • Rozwijanie umiejętności wykorzystywania zabaw i gier ruchowych jako środka wspomagającego rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny uczestników. • Doskonalenie własnych umiejętności ruchowych oraz kreatywności w tworzeniu i modyfikowaniu zabaw i gier.
Treści programowe:	Zajęcia praktyczne 1. Zajęcia organizacyjne. Ćwiczenia organizacyjno-porządkowe. Przydział zabaw i gier do samodzielnego prowadzenia (2h). 2. Podstawy teorii zabaw i gier ruchowych (2h). Pojęcie i klasyfikacja zabaw i gier ruchowych. Zabawa jedna z form aktywności człowieka. Rola zabaw i gier ruchowych w życiu człowieka. Oddziaływanie zabaw na rozwój psychomotoryczny dziecka. Zabawy i gry ruchowe jako środek w procesie społecznego, psychicznego i fizycznego rozwoju człowieka. Miejsce zabaw i gier ruchowych w wychowaniu fizycznym i sporcie. Możliwość korzystania z zabaw i gier ruchowych w różnych formach zajęć ruchowych. Tworzenie i modyfikowanie zabaw i gier ruchowych. 3. Podstawy teorii zabaw i gier ruchowych (2h). Metodyka nauczania zabaw i gier ruchowych. Pokaz metodyczny prowadzenia zabaw i gier ruchowych. Toki lekcji oparte na zabawach i grach ruchowych. Dobór zabaw i gier ruchowych do lekcji. Osnowa lekcyjna. Organizacja lekcji. Rola nauczyciela w procesie nauczania zabaw i gier ruchowych. Bezpieczeństwo podczas zabaw i gier ruchowych. Przygotowanie i prowadzenie zajęć opartych na zabawach i grach ruchowych. 4. Zabawy i gry orientacyjno-porządkowe. Zabawy i gry na wesoło (2h). 5. Zabawy i gry bieżne. Zabawy i gry na czworakach (2h). 6. Zabawy i gry z mocowaniem. Zabawy i gry skoczne (2h). 7. Zabawy i gry rzutne. Zabawy i gry ze śpiewem (2h). 8. Zabawy i gry w piłce nożnej doskonalące technikę i taktykę (2h). 9. Zabawy i gry siatkarskie doskonalące technikę i taktykę (2h). 10. Zabawy i gry koszykarskie doskonalące technikę i taktykę (2h). 11. Zabawy i gry w piłce ręcznej doskonalące technikę i taktykę (2h). 12. Zabawy i gry kolonijno-obozowe na pogodę słoneczną (terenowe) i na pogodę deszczową (w obiekcie zadaszonym) (2h). 13. Lekcja wychowania fizycznego typu zabaw i gier ruchowych tok lekcji (klasyczny) wg. Mariana Bondarowicza i Tadeusza Staniszeńskiego. 14. Zabawy i gry integracyjne dla dzieci i młodzieży (2h). 15. Zajęcia zaliczeniowe (2h).

Metody dydaktyczne (kształcenia):	• Metody podające (wykład informacyjny, pogadanka, objaśnienie) • Metody nauczania czynności ruchowych (syntetyczna, analityczna, mieszana) • Metody nauczania czynności ruchowych odtwórcze (naśladowcza ścisła, zadaniowa ścisła, programowanego uczenia się) • Metody nauczania czynności ruchowych usamodzielniające (zabawowa naśladowcza, zabawowa klasyczna, bezpośredniej celowości ruchu, programowanego usprawniania się) • Metody nauczania czynności ruchowych twórcze (problemowe, ruchowej ekspresji twórczej) • Metody eksponujące (pokaz), • Metody aktywizujące (dyskusja dydaktyczna), • Metody poszukujące (obserwacja uczestnicząca, ocena ciągła)
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie przez studenta wszystkich efektów uczenia się określonych dla przedmiotu oraz uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich wymaganych form weryfikacji efektów uczenia się. Ocena końcowa z przedmiotu stanowić będzie średnią ważoną uzyskanych ocen cząstkowych: • kolokwium z teorii zabaw i gier ruchowych – 20% • prowadzenie przydzielonych zabaw i gier – 30% • postawa i zaangażowanie podczas zajęć – 25% • czynny udział w dyskusjach po zrealizowanych prowadzeniach przydzielonych zabaw i gier – 25% Umiejętności praktycznego prowadzenia fragmentów lekcji oceniane będą w formie oceny eksperckiej (<i>expert evaluation</i>), przy czym wykładowca będzie asystował prowadzącemu fragment lekcji studentowi. Dzięki temu student będzie mógł dyskretnie konsultować się w razie potrzeby z wykładowcą. Preferowane będzie ocenianie kształtujące tj. informowanie studentów o przebiegu procesu uczenia się. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej z kolokwium pisemnego jest osiągnięcie minimum 60% poprawnych odpowiedzi. Przyjmuje się następujące kryteria oceniania: • 93–100% – bardzo dobry (5,0), • 85–92% – plus dobry (4,5), • 77–84% – dobry (4,0), • 69–76% – plus dostateczny (3,5), • 60–68% – dostateczny (3,0), • poniżej 60% – niedostateczny (2,0). W przypadku nieobecności na zajęciach praktycznych (nawet usprawiedliwionej) student musi zaliczyć tę nieobecność indywidualnie na najbliższych konsultacjach (wykazując się wiedzą odnośnie do realizowanej tematyki). Nieobecności na zajęciach należy usprawiedliwiać na najbliższych zajęciach, gdy student jest obecny. Dopuszcza się jedną nieobecność nieusprawiedliwioną (którą również należy zaliczyć indywidualnie podczas najbliższych konsultacji). Student, który przekroczy 50% nieobecności na zajęciach

	będzie musiał powtarzać przedmiot (po uzyskaniu zgody Dziekana Wydziału – w kolejnym cyklu zajęć – w następnym roku akademickim). Spełnienie powyższych wymagań będzie jednoznaczne z zaliczeniem przedmiotu i zdobyciem przez studenta liczby 2 pkt ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi.
--	--

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Zna dużą ilość zabaw i gier ruchowych przydatnych w wychowaniu fizycznym, sporcie i rekreacji ruchowej oraz rozumie ich korzystny wpływ na rozwój fizyczny i zdrowie oraz sprawność fizyczną dzieci i młodzieży.	K_WG01 K_NauW14	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca, Kolokwium pisemne
W2	Rozumie znaczenie zabaw i gier ruchowych w stymulowaniu rozwoju fizycznego, motorycznego, społecznego i emocjonalnego dzieci i młodzieży.	K_WG02 K_WG03 K_WK08 K_NauW02	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca, Kolokwium pisemne
W3	Zna metodykę prowadzenia zabaw i gier ruchowych wykorzystywanych w edukacji fizycznej, sporcie i rekreacji.	K_WG02 K_NauW15 K_NauW14	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca, Kolokwium pisemne
W4	Zna zasady doboru zabaw i gier ruchowych odpowiednio do wieku, możliwości i potrzeb uczestników.	K_NauW11 K_NauW15 K_NauW06	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca, Kolokwium pisemne
U1	Potrafi planować, organizować i prowadzić zabawy oraz gry ruchowe dla różnych grup wiekowych i środowiskowych.	K_UO06 K_UO09 K_UO10 K_UW03 K_NauU04 K_NauU07	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca
U2	Potrafi dobierać i modyfikować zabawy oraz gry ruchowe z uwzględnieniem poziomu sprawności, potrzeb, możliwości i zainteresowań uczestników.	K_UO06 K_UO09 K_NauU04	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca
U3	Potrafi wykorzystać zabawy i gry ruchowe do realizacji celów wychowawczych, zdrowotnych i edukacyjnych.	K_UO06 K_NauU06 K_NauU07 K_NauU08 K_NauU15	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca
U4	Potrafi obserwować, analizować i oceniać przebieg zajęć oraz dokonywać ich modyfikacji w celu zwiększenia efektywności procesu dydaktycznego.	K_UO08 K_NauU11	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca
K1	Jest gotów dobrze funkcjonować jako uczestnik, animator i sędzia imprez	K_KO07 K_NauK01	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca

	rekreacyjnych opartych o zabawy i gry ruchowe kierując się uniwersalnymi zasadami etycznymi i szacunkiem.				
K2	Jest gotów do odpowiedzialnego i bezpiecznego prowadzenia zajęć ruchowych zgodnie z zasadami etyki zawodowej nauczyciela.	K_KR06 K_KR07 K_KK02	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca
K3	Jest gotów do promowania aktywności fizycznej, zdrowego stylu życia oraz wartości fair play poprzez zabawy i gry ruchowe.	K_KK03 D.1/E.1.K3	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca
K4	Jest gotów do współpracy z grupą oraz podejmowania działań na rzecz upowszechniania kultury fizycznej.	K_KO04 K_KO05 K_NauK07	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca
K5	Jest gotów do kreatywnego projektowania i doskonalenia własnego warsztatu pracy w zakresie zabaw i gier ruchowych.	K_KK01 K_UU11 K_KR06 D.1/E.1.K1	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja uczestnicząca

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe	
Literatura podstawowa: 1. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. COS, Warszawa 2002. 2. Bondarowicz M., Staniszewski T. Podstawy teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych. AWF, Warszawa 2013. 3. Janikowska-Siatka., Skrętowicz E., Szymańska E. Zabawy i gry ruchowe na lekcjach wychowania fizycznego i festynach sportowo-rekreacyjnych. WSiP, Warszawa 1999. 4. Trześniowski R. Gry i zabawy ruchowe. SiT, Warszawa 1995.	
Literatura uzupełniająca: 1. Bator A., Buła A. Stanek L. Popularne gry rekreacyjne. Skrypt AWF, nr 17, Kraków 2002. 2. Baum H. Chodźcie, pobawimy się! gry i zabawy na powietrzu i w pomieszczeniu. Wydawnictwo "Jedność", Kielce 2007. 3. Biezuńska E., Wierzbicka M. Nowe zabawy i gry sportowe z nietypowymi przyborami: poradnik dla nauczycieli szkół podstawowych. Wydawnictwo "Aker", Toruń 2007. 4. Bogdanowicz M. W co się bawić z dziećmi? Piosenki i zabawy wspomagające rozwój dziecka. Wydawnictwo Harmonia, 2014. 5. Bondarowicz M. Zabawy w grach sportowych. WSiP, Warszawa 1998. 6. Bondarowicz M., Staniszewski T. Wielka księga zabaw i gier ruchowych. - Cz. 1: Wiosenno-lętne ciepłe dni. Wydawnictwo BK, Wrocław 2003. 7. Bondarowicz M., Staniszewski T. Wielka księga zabaw i gier ruchowych. - Cz. 2: Jesiennie-zimowe chłodne dni. Wydawnictwo BK, Wrocław 2003. 8. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe na cztery pory roku - jesień. Wyd. "Bellona", Warszawa 1995. 9. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe na cztery pory roku - lato. Wyd. "Bellona", Warszawa 1996. 10. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe na cztery pory roku - wiosna. Wyd. "Bellona", Warszawa 1996. 11. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe na cztery pory roku - zima. Wyd. "Bellona", Warszawa 1995. 12. Bronikowski M., Muszkieta R. Zabawy i gry ruchowe w szkolnym wych. fizycznym. AWF, Poznań 2000. 13. Bronikowski M., Muszkieta R. Zabawy i gry ruchowe w kształceniu zintegrowanym. Helvetica-Pracownia Wydawnicza, Poznań 2000. 14. Erkert A. Nowe gry i zabawy ruchowe. Wydawnictwo "Jedność", Kielce 2013. 15. Fuchs B. Gry i zabawy na dobry klimat w grupie. Wydawnictwo Jedność, Kielce 1999. 16. Griesbeck J. Zabawy uczące współzawodnictwa i wygrywania: propozycje dla dzieci i młodzieży. Wydawnictwo "Jedność", Kielce 2007. 17. Jagusz M., Haratym D. Gry i zabawy w nauczaniu piłki siatkowej. AWF, Wrocław 1993. 18. Jakubowska B. Modyfikacja gier i zabaw ruchowych. Lider 2003/3. 19. Januszewska K., Drażkiewicz E. Zabawy i gry ruchowe. AWF, Katowice 1989 20. Kępska E. Zabawy i gry z chustą animacyjną. Lider 2006/9. 21. Kołodziejczyk A. Zabawy i gry na śniegu i lodzie. TKKF, Warszawa 1991.	

22. Kossowska-Zajac B. Autorski zestaw zabaw z przyborem typowym i nietypowym dla uczniów w I i II etapie kształcenia. Lider 2003/4.
23. Krajewska E. Zabawy i ćwiczenia z przyborem nietypowym. Lider 2005/2.
24. Mielniczuk M., Staniszewski T. Stare i nowe gry drużynowe. TELBIT, Warszawa 1999.
25. Minge N., Minge K. Gry i zabawy ruchowe: ponad 100 energetycznych zabaw. Wydawnictwo "Damidos", Warszawa 2015.
26. Mróz J. Baw się w mini-koszykówkę. Wydawnictwo Wilga, Warszawa 1994.
27. Napierała M. Zbiór zabaw i gier ruchowych. Akademia Bydgoska, Bydgoszcz 2001.
28. Nawara H., Nawara V. Gry i zabawy ruchowe. AWF, Wrocław 1999.
29. Ostrowski A. Zabawy i rekreacja w wodzie. WSiP, Warszawa 2003.
30. Staniszewski T. Zabawy i gry ruchowe – teoria i metodyka. AWF, Warszawa 1999.
31. Stawczyk Z. Gry i zabawy lekkoatletyczne. AWF, Poznań 1998.
32. Ślęczkowski A. Gry i zabawy dzieci, młodzieży i dorosłych. IKN, Katowice 1972.
33. Świercz J. Zbiór zabaw i gier ruchowych. Politechnika Radomska, Radom 2005.
34. Thomson Peter J.L. „Biegaj! Skacz! Rzucaj!” Oficjalny przewodnik IAAF do nauczania lekkiej atletyki. Wyd. IAAF 2009, wyd. I PZLA 2015.
35. Weston D.Ch., Weston M.S. Co dzień mądrzejsze. 365 gier i zabaw kształtujących charakter, wrażliwość i inteligencję emocjonalną dziecka. Wydawnictwo Prószyński i S-ka, Warszawa 1999.
36. Wiertsema H. Sto gier ruchowych: podręcznik dla wychowawców pracujących z dziećmi i młodzieżą. Wydawnictwo "Klanza", Lublin 1999.

Pomoce naukowe: rzutnik multimedialny, laptop, filmy szkoleniowe, prezentacje Power Point, przybory typowe (piłki, skakanki, laski gimnastyczne, tyczki, hantle. Obręcze itp.), przybory nietypowe (woreczki, butelki plastikowe, gazety itp.), sprzęty sportowe (drabinki, ławeczki, materace, płotki lekkoatletyczne itp.).

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów		
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]	
	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... <i>wykładach</i>	X	[h]
Udział w <i>zajęciach praktycznych</i>	X	30 [h]
Udział w konsultacjach	X	X
Przygotowanie do <i>zajęć</i> , Przygotowanie do <i>zaliczenia</i>	20 [h]	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	20 [h]/ 0,8 ECTS	30 [h]/ 1,2 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	2 ECTS	

Informacje dodatkowe, uwagi
W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów. Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.