

# KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

## Opis przedmiotu

|   |                    |  |   |   |
|---|--------------------|--|---|---|
| Kod przedmiotu  |                    | Nazwa przedmiotu   | Gry i zabawy ruchowe w treningu sportowym |   |
| 114/P/1/ST/B <sub>2</sub> 4b                              |                    |  | Plays and moving games in sports training |   |
| Język wykładowy   |                    | j. polski  |   |   |
| Rok akademicki  |                    | 2023/2024  |   |   |
| Kierunek<br>w zakresie                                    |                    | Wychowanie fizyczne  |   |   |
|   |                    | Nauk o Kulturze Fizycznej  |   |   |
| Poziom studiów  |                    | Studia I stopnia   |   |   |
| Profil studiów  |                    | praktyczny   |   |   |
| Forma studiów   |                    | stacjonarne  |   |   |
| Semestr / semestry  |                    | semestr czwarty letni  |   |   |
| Przynależność do grupy zajęć                              |                    | Grupa zajęć kierunkowych - do wyboru   |   |   |
| Status przedmiotu   |                    | Do wyboru  |   |   |
| Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS |                    | Forma zajęć  | Liczba godzin zajęć dydaktycznych         | Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS |
|   |                    | Wykład   | ... [h]                                   | 3 ECTS  |
|   |                    | Ćwiczenia  | ... [h]                                   |   |
|   |                    | Zajęcia praktyczne   | 30 [h]                                    |   |
| Powiązanie przedmiotu                                     | z profilem studiów | Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)   |   | 3 ECTS  |
|   | z uprawnieniami    | Służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego. |   |   |
|   | z dyscypliną       | Nauk o Kulturze Fizycznej  |   | 3 ECTS  |
| Forma nauczania   |                    | Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni   |   |   |
| Wymagania wstępne   |                    | Wiadomości podstawowe z zakresu gier i zabaw ruchowych.  |   |   |
| Jednostka prowadząca                                      |                    | Katedra Kultury Fizycznej  |   |   |
| Koordynator   |                    | dr Robert Makuch   |   |   |
| Adres strony internetowej pjo                             |                    | www.wfp.uniwersytetradom.pl  |   |   |
| Adres e-mail, telefon koordynatora                        |                    | r.makuch@uthrad.pl, tel. (48) 506 842 222  |   |   |

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

|  |   |
|--|---|
| Cel kształcenia:   | Wyposażenie studentów w system wiedzy dającej możliwość interpretacji i wykorzystania jej w programowaniu i kontroli procesu szkolenia sportowego w dyscyplinach indywidualnych, sportach walki i grach sportowych. Student zna podstawowe sposoby i metody pomiaru sprawności fizycznej. Potrafi oszacować stan wytrenowania i poziom przygotowania do zawodów.  |
| Treści programowe:   | <b>Zajęcia praktyczne</b><br>1. Przypomnienie - klasycznego podziału gier i zabaw, wartości gier i zabaw ruchowych oraz metodyki nauczania gier i zabaw ruchowych. Scenariusz prowadzenia zajęć gier i zabaw ruchowych.<br>2. Stosowanie gier i zabaw ruchowych w treningu sportowym ze szczególnym uwzględnieniem zakresu gier drużynowych o polskim rodowodzie oraz ich wdrażanie na różnych poziomach szkolenia sportowego.<br>3. Zasady prowadzenia i organizacji zajęć w formie gier i zabaw ruchowych w treningu sportowym (I. "Rozgrzewających", II. Kształtujących sprawność fizyczną - 1. Z akcentem wytrzymałości, 2. Z akcentem szybkości 3. Z akcentem siły, 4. Z akcentem zwinności. III. Stosowanych w nauczaniu i doskonaleniu techniki, IV. Przygotowujących do nauczania taktyki gry, V. Gier uzupełniających itp.) oraz umiejętność posługiwania się sprzętem i panowania nad grupą. Przygotowanie scenariusza zajęć oraz prowadzenie określonych zestawów gier i zabaw pod wymogi treningu sportowego przez studentów.<br>4. Zaliczenie teoretyczne.   |
| Metody dydaktyczne (kształcenia):  | Metody:<br>➤ metody podające: wykład informacyjny, pogadanka, objaśnienie;<br>➤ metody aktywizujące: gry dydaktyczne, dyskusja dydaktyczna;<br>➤ metody eksponujące: pokaz;<br>➤ metody programowane: z wykorzystaniem komputera;<br>➤ metody poszukujące: problemowe (sytuacyjna, burza mózgów), ćwiczeniowo – praktyczne (ćwiczeniowa, obserwacji);<br>➤ metody realizacji zadań ruchowych: reproduktywne, proaktywne, problemowe;<br>➤ metody nauczania czynności ruchowych: syntetyczna, analityczna, mieszana.   |
| Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej: | Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych efektów uczenia się określonych dla przedmiotu. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich zajęć wchodzących w skład danego przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta liczby punktów ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi. Sposób obliczenia oceny końcowej z przedmiotu przedstawia się następująco:<br><b><u>1. Aktywne uczestnictwo w ćwiczeniach - (20%).</u></b><br><i>Ćwiczenia- dopuszcza się 1 nieobecność nieusprawiedliwioną, ocena systematyczności uczęszczania na zajęcia (tylko ze swoją grupą): 100% obecności 5.0 ocena cząstkowa do oceny końcowej, 1 nieobecność 4.0 ocena cząstkowa do oceny końcowej, nieobecności 2.0 ocena cząstkowa do oceny końcowej (brak zaliczenia przedmiotu), 50% nieobecności (usprawiedliwionych i nieusprawiedliwionych) = 2.0 nkl (powtarzanie przedmiotu), w przypadku choroby - zwolnienie L-4 (nie zaświadczenie), natomiast kariery zawodniczej - indywidualny tok studiów (przedłożony na pierwszych zajęciach i wymagane 50% obecności, zaliczenie razem z grupą).</i><br><b><u>2. Zaliczenie praktyczne przedmiotu (ćwiczenia) - (40%).</u></b><br><b>(Umiejętność grupowego prowadzenia zajęć lekcyjnych pod nadzorem prowadzącego),</b><br><b><u>Składowe oceny:</u></b><br>➤ ocena poprawności przygotowania scenariusza zajęć (według wzoru) i przesłanie 2 dni przed prowadzeniem oraz dostarczenie scenariusza w wersji papierowej w dniu prowadzenia (ocena cząstkowa 2, 3, 3.5, 4, 4.5, 5), brak przesłania scenariusza 2 dni przed prowadzeniem oraz brak wersji papierowej oznacza niezaliczenie przedmiotu (5%).,<br>➤ ocena prowadzonych zajęć <u>przez kolegów</u> przy pomocy arkusza hospitacyjnego (według wzoru) liczy się do średniej oceny końcowej przez 4 hospitujących studentów (ocena cząstkowa 2, 3, 3.5, 4, 4.5, 5), ocena cząstkowa wystawiona przez studenta odbiegająca od oceny prowadzącego o 0,5 stopnia oznacza niezaliczenie hospitacji (5%).,<br>➤ ocena prowadzonych zajęć <u>przez prowadzącego</u> , która liczy się do średniej oceny końcowej (ocena cząstkowa 2, 3, 3.5, 4, 4.5, 5) - (30%). |

|  |   |
|--|---|
|  | <b>3. Zaliczenie teoretyczne w formie pisemnej (40%) - (test jednokrotnego wyboru).</b><br>Zaliczenie końcowe obejmuje:<br>1/ zagadnienia omawiane na zajęciach,<br>2/ literaturę wykazaną w programie ćwiczeń. |
|--|---|

| 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)<br>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, rozumie i potrafi wyjaśnić zasady i przepisy poznanych gier drużynowych, dobrać odpowiedni do wieku, zaawansowania uczestników i warunków system rozgrywek sportowych. | K_WG03                             | Zajęcia praktyczne | <i>zaliczenie na ocenę</i>             | Zaliczenie pisemne<br>Zadania<br>ćwiczeniowe<br>Obserwacja |
| W2  | Zna systemy rozgrywek sportowo-rekreacyjnych  | K_WK07                             | Zajęcia praktyczne | <i>zaliczenie na ocenę</i>             | Zaliczenie pisemne<br>Zadania<br>ćwiczeniowe<br>Obserwacja |
| U1  | Potrafi efektywnie wykorzystać poznane gry drużynowe, planować pracę na różnych etapach szkolenia sportowego  | K_UW01                             | Zajęcia praktyczne | <i>zaliczenie na ocenę</i>             | Zadania<br>ćwiczeniowe<br>Obserwacja                       |
| U2  | Potrafi zorganizować turnieje sportowe w różnych warunkach dla różnych grup wiekowych i społecznych   | K_UW02                             | Zajęcia praktyczne | <i>zaliczenie na ocenę</i>             | Zadania<br>ćwiczeniowe<br>Obserwacja                       |
| K1  | Będzie chętny do wprowadzania zabaw i gier, jako jednej z atrakcyjniejszych form uzupełniającej trening sportowy  | K_KK01                             | Zajęcia praktyczne | <i>zaliczenie na ocenę</i>             | Zadania<br>ćwiczeniowe<br>Obserwacja                       |

| Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe   |  |
|---|--|
| <b>Literatura podstawowa:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. COS, Warszawa 2002.</li> <li>2. Bondarowicz M., Staniszewski T. Podstawy teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych. AWF, Warszawa 2013.</li> <li>3. Paterka S., Nitka J.: Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu piłki ręcznej. AWF Poznań, 1987.</li> <li>4. Staniszewski T. Gry i zabawy w sportach walki. w: T. Staniszewski / red. / Sporty Walki Telbit. Warszawa, 1999.</li> <li>5. Stawczyk Z.: Gry i zabawy lekkoatletyczne dla młodzieży szkolnej. AWF Poznań, 1974.</li> <li>6. Stronczyński W., Stuła A.: Gry i zabawy ruchowe w szkoleniu piłkarskim. AWF Poznań, 1995.</li> </ol>   |  |
| <b>Literatura uzupełniająca:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Bondarowicz M.: Zabawy i gry ruchowe. Podstawy metodyczne. AWF, Warszawa, 1983 .</li> <li>8. Bondarowicz M.: Zabawy i gry ruchowe na cztery pory roku (wiosna, lato, jesień, zima). Bellona, Warszawa, 1995.</li> <li>9. Bondarowicz M.: Zabawy w grach sportowych. WSiP. Warszawa, 1995.</li> <li>10. Bondarowicz M., Staniszewski T.: Podstawy teorii i metodyki zabaw i gier ruchowych. AWF Warszawa, 2000.</li> <li>11. Bondarowicz M.: Staniszewski T. Wielka księga zabaw i gier ruchowych Tom I, II. Wydawnictwo. Wrocław, 2003.</li> <li>12. Bronikowski M., Bronikowska M., Kantanista A.: Teaching movement play and games – from the cultural, social and sporting perspective. AWF Poznań, 2012.</li> <li>13. Bronikowski M., Muszkieta R. Zabawy i gry ruchowe w szkolnym wychowaniu. AWF Poznań, 2000.</li> <li>14. Janikowska-Siatka M., Edward Skrętowicz E., Elżbieta Szymańska E.: Zabawy i gry ruchowe na lekcjach wychowania fizycznego i festynach sportowo-rekreacyjnych. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne. Warszawa, 1999.</li> <li>15. Fąk T., Szałtynis D.: Gry rekreacyjne - sport dla wszystkich. Zeszyt 1. TKKF, Warszawa, 1995.</li> <li>16. Kozdroń E., Wolański T., Metodyka zajęć rekreacyjno-ruchowych. W: T. Wolańska (red.): Rekreacja ruchowa i turystyka. AWF, Warszawa, 1989.</li> <li>17. Mielniczuk M., Staniszewski T. Stare i nowe gry drużynowe. Telbit. Warszawa 1999.</li> <li>18. Staniszewski T. /red./ Zabawy i gry ruchowe – teoria i metodyka. AWF Warszawa, 1999.</li> <li>19. Toczek - Werner S.: Rekreacyjne gry ruchowe. Wydawnictwo AWF, Wrocław, 1995.</li> <li>20. Trzeźniowski R.: Zabawy i gry ruchowe. WSiP. Warszawa, 1995.</li> <li>21. Rzepa T. Aktywność ruchowa z piłką w doskonaleniu wybranych właściwości osobowościowych ucznia. AWF Wrocław, 1999.</li> <li>22. Żukowska Z. /red./ Ja – Zdrowie – Ruch. RCMSKFiS. Warszawa, 2000.</li> </ol> |  |
| <b>Pomoce naukowe:</b> środki dydaktyczne, rzutnik multimedialny.   |  |

| Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS |                             |   |                     |
|--|-----------------------------|---|---------------------|
| Udział w zajęciach, aktywność  | Obciążenie studenta [h]     |   |                     |
|  | Inne godz. kontaktowe (IGK) | Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN) | Zajęcia dydaktyczne |
| Udział w ... <i>wykładach</i>  | X                           | X   | ... [h]             |
| Udział w <i>zajęciach praktycznych</i>   | X                           | X   | 30 [h]              |
| Udział w konsultacjach   | 8 [h]                       | X   | X                   |
| Przygotowanie do <i>zajęć</i> ,<br>Przygotowanie do <i>zaliczenia</i>                                | [h]                         | 37 [h]  | X                   |
| Sumaryczne obciążenie pracą studenta   | 8 [h]/ 0,32 ECTS            | 37 [h]/1,48 ECTS                                    | 30 [h]/ 1,2 ECTS    |
| Punkty ECTS za przedmiot   | 3 ECTS                      |   |                     |

| Informacje dodatkowe, uwagi   |
|---|
| <p>W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekłe chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów.</p> <p>Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekłe 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, przewlekłe chorych.</p> |