

# PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

## KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2013/2014

Instytut Kultury Fizycznej

Kierunek studiów: Wychowanie fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: wychowanie fizyczne z odnową biologiczną i specjalizacją instruktorską  
wychowanie fizyczne z odnową biologiczną i gimnastyką korekcyjną  
wychowanie fizyczne z gimnastyką korekcyjną i specjalizacją instruktorską

### 1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne z metodyką
KOD PRZEDMIOTU	IKF 16.1 AIS B3 13/14
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty kierunkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	3
SEMESTRY	4

### 2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA AUDYTORYJNE	ĆWICZENIA LAB./ SEMINARIUM/ ZAJ. WARSZT.	ĆWICZENIA KLINICZNE/ PRAKTYKI	ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/ LEKTORAT
4	15				30

### 3 CELE PRZEDMIOTU

**Cel 1** Zaznajomienie studentów z metodami oceny budowy i postawy ciała.

**Cel 2** Wykształcenie u studentów umiejętności określania wśród dzieci i młodzieży wad postawy ciała jako skutków odchyłeń w statyce ciała.

**Cel 3** Nauczanie studentów metodyki postępowania w zapobieganiu wadom postawy dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym.



## 4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

- a Student ukończył kurs studiów w zakresie podstaw anatomii (narząd ruchu), metodyki wychowania fizycznego oraz zabaw i gier ruchowych.

## 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1** Wiedza: Student klasyfikuje oraz opisuje wady postawy ciała i podstawowe metody ich rozpoznawania.
- EK2** Wiedza: Student identyfikuje treści kształcenia, metody i formy prowadzenia zajęć kompensacyjno-korekcyjnych w zależności od stanu zaburzeń w statyce ciała uczniów oraz ich psychofizycznych możliwości.
- EK3** Umiejętności: Student stosuje poznane metody w ocenie postawy ciała dzieci i młodzieży.
- EK4** Umiejętności: Student przygotowuje niezbędną dokumentację realizacji zajęć kompensacyjno-korekcyjnych.
- EK5** Umiejętności: Student demonstruje i prowadzi ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne dla uczniów z odchyleniami w statyce ciała w różnych grupach wiekowych.
- EK6** Kompetencje społeczne: Student przestrzega zasad bezpiecznego prowadzenia ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych oraz szanuje wychowanków.

## 6 TREŚCI PROGRAMOWE

### WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Posturogeneza. Prawidłowa i nieprawidłowa postawa ciała. Odchylenia w statyce ciała człowieka.	1
W2	Metody oceny budowy i postawy ciała człowieka.	3
W3	Charakterystyka wad postawy ciała w płaszczyźnie strzałkowej (plecy okrągłe, wklęsłe, okrągło-wklęsłe, płaskie- etiologia, skutki i profilaktyka.	2
W4	Charakterystyka wad postawy ciała - boczne skrzywienie kręgosłupa, etiologia, skutki i profilaktyka.	2
W5	Charakterystyka wad postawy ciała w obrębie klatki piersiowej, etiologia, skutki i profilaktyka.	2
W6	Charakterystyka wad postawy ciała w obrębie kończyn dolnych i stóp, etiologia, skutki i profilaktyka.	2
W7	Metody, formy i środki postępowania korekcyjnego w różnych rodzajach wad postawy ciała.	1
W8	Dokumentacja prowadzenia zajęć kompensacyjno-korekcyjnych z dziećmi i młodzieżą.	1
W9	Planowanie postępowania korekcyjnego dla osób z różnymi wadami postawy ciała.	1
	RAZEM	15

### ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/LEKTORAT

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Zastosowanie ćwiczeń specjalnych w zajęciach kompensacyjno-korekcyjnych.	4
C2	Metody oraz formy ćwiczeń wzmacniających i rozciągających mięśnie posturalne.	4
C3	Wykorzystanie przyrządów i przyborów w ćwiczeniach kompensacyjno-korekcyjnych.	2
C4	Metody subiektywnej oceny postawy ciała. Sposoby zapisu oceny postawy ciała. Konspekt zajęć wyrównawczo-korekcyjnych.	4



## ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/LEKTORAT

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C5	Reedukacja posturalna w przypadku pleców okrągłych, wklęsłych, okrągło-wklęsłych i płaskich.	4
C6	Reedukacja posturalna w przypadku bocznych skrzywień kręgosłupa.	4
C7	Reedukacja posturalna w przypadku wad klatki piersiowej.	4
C8	Reedukacja posturalna w przypadku kolan koślawych i szpotawych oraz stopy płaskiej.	4
	RAZEM	<b>30</b>

## 7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Dyskusja

M2 Prezentacje multimedialne

M3 Filmy edukacyjne

M4 metoda problemowa

M5 Studium przypadku

M6 metoda obserwacji

## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	2
Egzaminy i zaliczenia w sesji	1
<b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	15
Opracowanie wyników	4
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	8
<b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>	<b>75</b>
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	3

## 9 SPOSOBY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

F1 Aktywność na zajęciach

F2 Zaliczenie praktyczne

### OCENA AKTYWNOŚCI BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO

1 Ćwiczenie praktyczne

**KRYTERIA OCENY**

EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	Student klasyfikuje oraz opisuje wady postawy ciała i podstawowe metody ich rozpoznawania z pomocą prowadzącego.	wykład	Obecność na wykładzie.
NA OCENĘ 4	Student klasyfikuje oraz opisuje wady postawy ciała i podstawowe metody ich rozpoznawania z niewielką pomocą prowadzącego.		
NA OCENĘ 5	Student klasyfikuje oraz opisuje wady postawy ciała i podstawowe metody ich rozpoznawania.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Student identyfikuje treści kształcenia, metody i formy prowadzenia zajęć kompensacyjno-korekcyjnych w zależności od stanu zaburzeń w statyce ciała uczniów oraz ich psychofizycznych możliwości z pomocą prowadzącego.	wykład	Obecność na wykładzie.
NA OCENĘ 4	Student identyfikuje treści kształcenia, metody i formy prowadzenia zajęć kompensacyjno-korekcyjnych w zależności od stanu zaburzeń w statyce ciała uczniów oraz ich psychofizycznych możliwości z niewielką pomocą prowadzącego.		
NA OCENĘ 5	Student identyfikuje treści kształcenia, metody i formy prowadzenia zajęć kompensacyjno-korekcyjnych w zależności od stanu zaburzeń w statyce ciała uczniów oraz ich psychofizycznych możliwości.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Student potrafi zastosować poznane metody w ocenie postawy ciała dzieci i młodzieży z pomocą prowadzącego.	wykład	Obecność na wykładzie.
NA OCENĘ 4	Student potrafi zastosować poznane metody w ocenie postawy ciała dzieci i młodzieży z niewielką pomocą prowadzącego.		
NA OCENĘ 5	Student potrafi zastosować poznane metody w ocenie postawy ciała dzieci i młodzieży.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 4		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 4
NA OCENĘ 3	Student potrafi przygotować niezbędną dokumentację realizacji zajęć kompensacyjno-korekcyjnych z wykorzystaniem notatek i pomocy prowadzącego	wykład	Obecność na wykładzie.
NA OCENĘ 4	Student potrafi przygotować niezbędną dokumentację realizacji zajęć kompensacyjno-korekcyjnych z niewielką pomocą prowadzącego.		



NA OCENĘ 5	Student samodzielnie potrafi przygotować niezbędną dokumentację realizacji zajęć kompensacyjno-korekcyjnych.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 5		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 5
NA OCENĘ 3	Student potrafi zademonstrować i prowadzić ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne dla uczniów z odchyleniami w statyce ciała w różnych grupach wiekowych z pomocą prowadzącego.	wykład	Obecność na wykładzie.
NA OCENĘ 4	Student demonstruje i prowadzi ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne dla uczniów z odchyleniami w statyce ciała w różnych grupach wiekowych z niewielką pomocą prowadzącego.		
NA OCENĘ 5	Student demonstruje i prowadzi ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne dla uczniów z odchyleniami w statyce ciała w różnych grupach wiekowych.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 6		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 6
NA OCENĘ 3	Student stara się przestrzegać zasad bezpiecznego prowadzenia ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych oraz szanuje wychowanków.	wykład	Obecność na wykładzie.
NA OCENĘ 4	Student potrafi zorganizować i poprowadzić zajęcia kompensacyjno-korekcyjne w sposób bezpieczny, a w czasie realizacji zajęć zapoznaje ich uczestników z zasadami wzajemnej asekuracji podczas wykonywanych ćwiczeń.		
NA OCENĘ 5	Student potrafi zorganizować i poprowadzić zajęcia kompensacyjno-korekcyjne w sposób bezpieczny, stosując zasady wzajemnej asekuracji podczas wykonywanych ćwiczeń oraz rozwiązuje samodzielnie, pojawiające się w czasie zajęć sytuacje problemowe, stosownie do ich rangi.		

**OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)**

Egzamin

**WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU**

a obecność studentów na zajęciach

b opanowanie przez studentów wymaganych, według programu, wiadomości

**10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU**



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	KN_W09	Cel1	W1, W2	M1, M2, M4
EK2	KN_W22, KN_W13, KN_W21	Cel1, Cel2, Cel3	W1, W3, W4, W5, W6, W7, C1, C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8	M1, M2, M4
EK3	KN_U13	Cel1	W2, C4	M1, M4, M6
EK4	KN_U13, KN_U17	Cel3	W3, W4, W5, W6, W7, W8, W9, C4, C5, C6, C8	M1, M3, M4
EK5	KN_U13, KN_U19, KN_U17	Cel1, Cel2, Cel3	W8, C2, C3, C5, C6, C7, C8	M1, M3, M4
EK6	KN_K02, KN_K06	Cel3	W8, C3, C5, C6, C7, C8	M1, M5, M6

## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA:

- [1] Kasperczyk T. — *Wady postawy ciała. Diagnostyka i leczenie*, Kraków, 2004, FHU KASPER s.c.
- [2] Kutzner-Kozińska M. — *Proces korygowania wad postawy*, Warszawa, 2004, AWF.
- [3] Groffik D. — *Metodyka stosowania ćwiczeń fizycznych w profilaktyce i terapii*, Katowice, 2009, AWF
- [4] Tuzinek S., Biniaszewski T., Ratyńska A. — *Podstawy teorii i metodyki gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej.*, Radom, 2010, Politechnika Radomska

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- [1] Nowotny J. — *Ćwiczenia korekcyjne w systemie stacyjnym*, Katowice, 2001, AWF.

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Renata Żabecka - Chowaniec (kontakt: zabecka@gmail.com)

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Renata Żabecka - Chowaniec (kontakt: zabecka@gmail.com)

mgr Monika Bigosińska (kontakt: mbigosin@poczta.onet.pl)

## 13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik zakładu)

(dyrektor instytutu)



**PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI** (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....

.....

PWSZ w Nowym Sączu