

Standardy kształcenia dla kierunku studiów:**Wychowanie fizyczne****A. STUDIA PIERWSZEGO STOPNIA****I. WYMAGANIA OGÓLNE**

Studia pierwszego stopnia trwają nie krócej niż 6 semestrów. Liczba godzin zajęć nie powinna być mniejsza niż 1900. Liczba punktów ECTS (European Credit Transfer System) nie powinna być mniejsza niż 180.

II. KWALIFIKACJE ABSOLWENTA

Absolwent powinien posiadać podstawową wiedzę i umiejętności z obszaru nauk społecznych, przyrodniczych oraz nauk o kulturze fizycznej, aby móc oddziaływać na osobowość i organizm człowieka w celu zaspokojenia jego potrzeb w zakresie rozwoju somatycznego i motorycznego oraz związanych z uczestnictwem w kulturze fizycznej. Absolwent powinien być przygotowany do: pracy dydaktyczno-wychowawczej, promowania zdrowia i aktywności fizycznej w miejscu pracy i środowisku lokalnym, a także samodzielnego planowania, realizacji i ewaluacji aktywności fizycznej służącej zdrowiu, wypoczynkowi oraz urodzie. Absolwent powinien być przygotowany do podjęcia pracy w: szkołach podstawowych i gimnazjach – po ukończeniu specjalności nauczycielskiej (zgodnie ze standardami kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela); instytucjach oświatowych oraz instytucjach kultury fizycznej. Absolwent powinien znać język obcy na poziomie biegłości B2 Europejskiego Systemu opisu Kształcenia Językowego Rady Europy. Absolwent powinien być przygotowany do podjęcia studiów drugiego stopnia.

III. RAMOWE TREŚCI KSZTAŁCENIA**1. GRUPY TREŚCI KSZTAŁCENIA, MINIMALNA LICZBA GODZIN ZAJĘĆ ZORGANIZOWANYCH ORAZ MINIMALNA LICZBA PUNKTÓW ECTS**

	godziny	ECTS
A. GRUPA TREŚCI PODSTAWOWYCH	270	31
B. GRUPA TREŚCI KIERUNKOWYCH	420	49
Razem	690	80

2. SKŁADNIKI TREŚCI KSZTAŁCENIA W GRUPACH, MINIMALNA LICZBA GODZIN ZAJĘĆ ZORGANIZOWANYCH ORAZ MINIMALNA LICZBA PUNKTÓW ECTS

	godziny	ECTS
A. GRUPA TREŚCI PODSTAWOWYCH Treści kształcenia w zakresie:	270	31
1. Anatomii	30	
2. Antropologii	30	
3. Biochemii	15	
4. Fizjologii	30	
5. Pedagogiki	60	
6. Psychologii	60	
7. Teorii wychowania fizycznego	45	
B. GRUPA TREŚCI KIERUNKOWYCH Treści kształcenia w zakresie:	420	49
1. Antropomotoryki		
2. Biomechaniki		
3. Ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych		
4. Edukacji zdrowotnej		
5. Emisji głosu		
6. Historii kultury fizycznej		
7. Metodyki wychowania fizycznego		
8. Organizacji i prawa w oświacie		
9. Pierwszej pomocy przedmedycznej		
10. Rytmiki i tańca		
11. Sportów indywidualnych		
12. Sportów zespołowych		
13. Teorii sportu		
14. Zabaw i gier ruchowych		

3. TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

A. GRUPA TREŚCI PODSTAWOWYCH

1. Kształcenie w zakresie anatomii

Treści kształcenia: Rodzaje, budowa, występowanie i funkcje tkanki: nabłonkowej, łącznej, kostnej, krwi, mięśniowej, nerwowej i gruczołowej. Anatomia narządu ruchu – budowa kości i ich połączeń oraz mięśni. Czynności stawów. Analiza ruchów wykonywanych przez poszczególne mięśnie i grupy mięśniowe. Anatomia układu nerwowego i endokrynnego – kwestie sterowania narządem ruchu. Anatomia układu krwionośnego, oddechowego i pokarmowego – kwestie zaopatrywania narządu ruchu.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: lokalizowania, nazywania (zgodnie z polską terminologią), opisu budowy i wyjaśniania funkcji elementów składowych układów istotnych z punktu widzenia aktywności fizycznej człowieka.

2. Kształcenie w zakresie antropologii

Treści kształcenia: Podstawowe pojęcia dotyczące ontogenezy. Periodyzacja i przebieg rozwoju osobniczego. Czynniki rozwoju biologicznego. Dymorfizm płciowy i konstytucja jako wyraz oddziaływania czynników genetycznych. Czynniki społeczno-ekonomiczne i aktywność ruchowa modyfikatorami rozwoju. Biologiczne skutki stratyfikacji społecznej. Międzypokoleniowa tendencja przemian w

ontogenezie. Antropometria i antroposkopia – podstawowe metody badawcze w antropologii. Metody oceny rozwoju fizycznego dzieci i młodzieży.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: wyjaśniania miejsca człowieka w przyrodzie jako istoty biologicznej i społecznej; określania zmienności somatycznej człowieka; określania wpływu czynników środowiskowych w różnych fazach życia; pomiarów ciała oraz oceny rozwoju fizycznego.

3. Kształcenie w zakresie biochemii

Treści kształcenia: Budowa i znaczenie w czasie wysiłku fizycznego: białek, węglowodanów i lipidów. Udział enzymów w przemianach biochemicznych. Metabolizm energetyczny, drogi resyntezy ATP – udział fosfagenów, przemiany glikolityczne oraz tlenowe przemiany węglowodanów, lipidów i aminokwasów. Mechanizm działania łańcucha oddechowego. Produkcja i inaktywacja wolnych rodników. Równowaga kwasowo-zasadowa, pojęcie pH, znaczenie buforów krwi. Adaptacja metaboliczna do wysiłku fizycznego. Wpływ wysiłku fizycznego na wykorzystanie źródeł energii.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: wyjaśniania, w jaki sposób wysiłek fizyczny o różnej intensywności i czasie trwania wpływa na podstawowe przemiany metaboliczne; wykorzystywania parametrów biochemicznych w diagnozowaniu zmian powysiłkowych.

4. Kształcenie w zakresie fizjologii

Treści kształcenia: Przystosowywanie się ustroju do zmieniających się warunków środowiska. Homeostaza organizmu i mechanizmy zachowania: stałej temperatury, równowagi wodno-elektrolitowej i kwasowo-zasadowej oraz stałego ciśnienia parcjalnego tlenu i dwutlenku węgla w krwi tętniczej. Czynności i rola układów: ruchu, nerwowego, hormonalnego, krążenia i oddechowego w spoczynku i w czasie wysiłku fizycznego. Rodzaje wysiłków fizycznych. Metabolizm tlenowy i beztlenowy. Zmęczenie, metabolizm powysiłkowy i możliwości superkompensacji. Wydolność fizyczna – czynniki ją warunkujące. Metody laboratoryjne i terenowe oceny wydolności. Fizjologiczne zasady doboru obciążeń fizycznych.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: opisu funkcji narządów i układów w czasie wysiłku i wypoczynku; pomiaru podstawowych parametrów fizjologicznych oraz interpretacji wyników; przeprowadzenia oceny wydolności.

5. Kształcenie w zakresie pedagogiki

Treści kształcenia: Myśl pedagogiczna i współczesne nauki pedagogiczne. Polityczne uwarunkowania edukacji szkolnej. Szkoła jako instytucja społeczna i wychowawcza. Prawo oświatowe w pracy szkoły i nauczycieli. Dobór i modyfikowanie programów nauczania. Diagnozowanie wyjściowej sytuacji edukacyjnej. Projektowanie działań edukacyjnych. Teorie kształcenia i wychowania w klasie szkolnej. Kierowanie procesem kształcenia i wychowania. Materialne warunki nauczania i uczenia się w klasie szkolnej. Podmiotowe czynniki interweniujące w proces kształcenia i wychowania. Środowisko społeczne ucznia. Współpraca z rodzicami. Praca z grupą rówieśniczą. Pozaszkolne instytucje wychowawcze i resocjalizacji. Współpraca szkoły z pozaszkolnymi instytucjami wychowawczymi. Edukacyjny wpływ mediów. Modyfikowanie aktywności uczniów w podkulturach młodzieżowych. Ocenianie osiągnięć szkolnych uczniów. Badanie i modyfikowanie czynników wyznaczających osiągnięcia uczniów. Instytucje diagnozowania osiągnięć uczniów. Wychowanie fizyczne w alternatywnych koncepcjach edukacyjnych.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: rozumienia historycznych i współczesnych uwarunkowań edukacji; formułowania i operacjonalizacji celów edukacyjnych; projektowania, realizacji i ewaluacji procesu dydaktyczno-

wychowawczego dostosowanego do indywidualnych potrzeb ucznia; formułowania oceny ucznia.

6. Kształcenie w zakresie psychologii

Treści kształcenia: Psychologiczne koncepcje człowieka. Wybrane teorie rozwoju człowieka. Kontekst psychologiczny w projektowaniu procesów edukacyjnych. Projektowanie działań wspomagających rozwój. Czynniki sprzyjające rozwojowi człowieka i hamujące jego rozwój – stadia rozwojowe a zadania edukacyjne. Procesy poznawcze i emocjonalne w planowaniu i realizacji działań dydaktycznych i wychowawczych. Psychologia procesów decyzyjnych w pracy nauczyciela. Interakcje nauczyciel – uczeń. Mowa i porozumiewanie się w sytuacjach uczenia się i nauczania. Procesy poznawcze, emocjonalno-motywacyjne oraz społeczne w toku kształcenia. Kształtowanie postaw prosomatycznych i prozdrowotnych w toku wychowania fizycznego. Mechanizmy uczenia się a metody i strategie nauczania. Konflikty i sposoby ich rozwiązywania w grupie rówieśniczej oraz w relacjach nauczyciel – uczeń. Psychologia różnic indywidualnych. Ocenianie a kształtowanie umiejętności uczenia się. Ocenianie pracy i osiągnięć uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Zaburzenia zachowań, możliwości działań nauczycielskich w zakresie terapii oraz profilaktyki.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: opisu, oceny i interpretacji zachowania ucznia z wykorzystaniem prostych technik diagnozujących przebieg rozwoju psychicznego; posługiwania się technikami motywacyjnymi i wspierającymi ucznia; kształtowania zainteresowań aktywnością fizyczną oraz rozwijania postaw prosomatycznych.

7. Kształcenie w zakresie teorii wychowania fizycznego

Treści kształcenia: Kultura fizyczna jako ogół uznawanych wartości i utrwalonych zachowań w odniesieniu do ludzkiego ciała. Wychowanie fizyczne jako międzypokoleniowy przekaz wzorów wartości i wzorów zachowań wobec ciała. Ewolucja poglądów na temat istoty i celów wychowania fizycznego. Kształtowanie kompetencji technologicznych i aksjologicznych w zakresie dbałości o ciało w aspekcie zadań doraźnych i odległych wychowania fizycznego. Pedeutologiczne zagadnienia wychowania fizycznego. Prakseologiczne podstawy wychowania fizycznego.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: uzasadniania miejsca wychowania fizycznego w edukacji; rozumienia teorii i praw wyjaśniających mechanizmy oddziaływania środkami fizycznymi na organizm oraz środkami społecznymi na osobowość w procesie kształcenia i wychowania fizycznego.

B. GRUPA TREŚCI KIERUNKOWYCH

1. Kształcenie w zakresie antropomotoryki

Treści kształcenia: Sprawność fizyczna i motoryczność człowieka – strona potencjalna i efektywna, predyspozycje, zdolności, umiejętności. Sprawność fizyczna w koncepcji „health-related fitness”. Rozwój motoryczny w procesie ontogenezy. Genetyczne, środowiskowe i somatyczne uwarunkowania motoryczności. Uczenie się i nauczanie czynności ruchowych. Podstawy konstrukcji programów aktywności fizycznej. Pomiar w badaniach motoryczności. Testowanie i kształcenie podstawowych komponentów sprawności fizycznej.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: posługiwania się terminami związanymi ze sprawnością fizyczną i motorycznością człowieka; diagnozowania i doboru odpowiedniej aktywności fizycznej do kształtowania różnych komponentów sprawności fizycznej.

2. Kształcenie w zakresie biomechaniki

Treści kształcenia: Biomechaniczny model człowieka. Analiza parametrów strukturalnych, geometrycznych, energetycznych i informacyjnych układu ruchu. Działanie sił na dźwignie kostne. Ruchomość par biokinematycznych. Stopnie swobody. Statyka i dynamika układu ruchu. Parametry masowo-inercyjne. Wartości momentów sił i ich zmiany w funkcji kąta. Zmiana sił reakcji podłoża w różnych formach ruchu. Ocena postawy ciała. Znaczenie środka ciężkości ciała w biomechanicznej analizie techniki ruchu. Koordynacja nerwowo-mięśniowa, nawyk ruchowy, fazy nauczania ruchu.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: opisu przyczyn i skutków działania sił na ciało i otoczenie; oceny możliwości dynamicznych człowieka; pomiaru siły, prędkości i mocy w laboratorium; opisu faz tworzenia nawyku ruchowego i wykorzystywania go w nauczaniu techniki ruchu.

3. Kształcenie w zakresie ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych

Treści kształcenia: Postawa ciała prawidłowa i nieprawidłowa – typy i wady postawy. Metody oceny, etiologia i podstawowe zasady korekcji wad postawy. Kształtowanie się postawy ciała w ontogenezie. Zasady postępowania wobec osób z wadami postawy w płaszczyźnie strzałkowej, bocznym skrzywieniem kręgosłupa, wadami klatki piersiowej oraz zaburzeniami ukształtowania i funkcji kończyn dolnych. Kształtowanie postawy ciała – działania profilaktyczne.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: rozpoznawania wad postawy i dostosowania ćwiczeń z zakresu wychowania fizycznego; prowadzenia skutecznych działań zapobiegających powstawaniu i pogłębianiu się wad postawy.

4. Kształcenie w zakresie edukacji zdrowotnej

Treści kształcenia: Pojęcie zdrowia w kontekście filozoficznym, religijnym, kulturowym i społecznym. Biomedyczny model zdrowia i choroby – zalety i ograniczenia. Holistyczno-systemowa koncepcja zdrowia. Pozytywne mierniki zdrowia. Zasadnicze zachowania zdrowotne. Cele, zadania i funkcje edukacji zdrowotnej na różnych szczeblach edukacji. Podstawowe metody, formy i środki edukacji zdrowotnej.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: wyjaśniania związków wychowania fizycznego z edukacją zdrowotną; stosowania podstawowych metod, form i środków edukacji zdrowotnej; oceny pozytywnych mierników zdrowia.

5. Kształcenie w zakresie emisji głosu

Treści kształcenia: Ćwiczenia oddechowe. Ćwiczenia głosowe. Higiena aparatu głosowego. Prawidłowa artykulacja. Prawidła polskiej wymowy. Upodobania, uproszczenia, prawidłowe akcentowanie. Środki ekspresji werbalnej.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: prawidłowego oddechu; prawidłowej emisji głosu; prawidłowej artykulacji; stosowania środków ekspresji werbalnej.

6. Kształcenie w zakresie historii kultury fizycznej

Treści kształcenia: Geneza ćwiczeń fizycznych. Uwarunkowania rozwoju kultury fizycznej w epoce antycznej, w średniowieczu, w dobie odrodzenia i oświecenia. Kierunki i czynniki rozwoju kultury fizycznej w Europie w XIX i XX wieku. Systemy wychowania fizycznego: szwedzki, niemiecki, angielski. Wychowanie fizyczne w szkole polskiej w XIX i XX wieku. Rola Towarzystwa Gimnastycznego "Sokół". Ruch jordanowski i pozaszkolne ośrodki wychowania fizycznego. Sport w Europie i w Polsce w XIX i XX wieku. Geneza i rozwój nowożytnego ruchu olimpijskiego.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: analizy, interpretacji i oceny faktów historycznych z zakresu kultury fizycznej; rozumienia uwarunkowań rozwoju kultury

fizycznej na przestrzeni dziejów; rozumienia ogólnych problemów we współczesnej kulturze fizycznej.

7. Kształcenie w zakresie metodyki wychowania fizycznego

Treści kształcenia: Wychowanie fizyczne jako przedmiot nauczania – kontekst psychologiczny, społeczny oraz polityczny. Miejsce wychowania fizycznego wśród innych przedmiotów nauczania. Wychowanie fizyczne w kontekście sylwetki absolwenta szkoły. Projektowanie procesu kształcenia. Źródła i struktura wiedzy i umiejętności przedmiotowych. Aktualistyczne i prospektywne cele wychowania fizycznego. Planowanie pracy dydaktycznej i wychowawczej. Dobór strategii, form i środków kształcenia. Projektowanie środowiska materialnego edukacji. Kształtowanie kompetencji kluczowych ucznia. Zasady postępowania dydaktycznego w zakresie rozwoju postaw, umiejętności, wiadomości i sprawności fizycznej. Metody i formy nauczania a uzdolnienia uczniów. Ocenianie i jego rodzaje. Plan, konspekt i osnowa lekcji. Struktura lekcji jako jednostki metodycznej. Typy lekcji. Nauczycielskie i uczniowskie rytuały lekcji. Interakcje ucznia i nauczyciela na lekcji. Rodzice na lekcjach. Ocenianie na lekcji. Dokumentacja pracy nauczyciela wychowania fizycznego. Dokumentowanie przebiegu lekcji. Wykorzystanie czasu lekcji przez ucznia i nauczyciela. Lekcyjne, pozalekcyjne i pozaszkolne formy wychowania fizycznego. Realizacja podstawowych funkcji wychowania fizycznego. Organizacja i bezpieczeństwo na lekcji. Kwalifikacja lekarska do zajęć wychowania fizycznego. Rozwój zawodowy nauczyciela.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: diagnozy i prognozy pedagogicznej; formułowania aktualistycznych i prospektywnych celów wychowania fizycznego; doboru metod, form i środków stosownie do wytyczonych celów, wieku i możliwości uczniów; zachowania zasad bezpieczeństwa; aktywizowania uczniów; oceny osiągnięć uczniów i ewaluacji procesu wychowania fizycznego.

8. Kształcenie w zakresie organizacji i prawa w oświacie

Treści kształcenia: Stan aktualny oraz kierunki zmian systemu oświaty w Polsce. System oświaty w świetle aktów normatywnych – ustawy systemowe oraz okołosystemowe wraz z aktami wykonawczymi. Źródła prawa międzynarodowego. Zarządzanie szkołami i placówkami oświatowymi, zadania administracji rządowej oraz samorządu terytorialnego w zakresie właściwego funkcjonowania systemu. Unormowania prawne odnoszące się do zawodu nauczyciela i relacji nauczyciel-uczeń – stosunek pracy, zakres praw i obowiązków, odpowiedzialność prawna.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: stosowania norm prawa oświatowego w zakresie obowiązującego porządku prawnego; podporządkowania pracy zawodowej podstawowym uregulowaniom prawnym dotyczącym zawodu nauczyciela i relacji nauczyciel-uczeń.

9. Kształcenie w zakresie pierwszej pomocy przedmedycznej

Treści kształcenia: Zabezpieczenie miejsca wypadku. Zasady udzielania pierwszej pomocy. Kolejność wykonywania czynności ratunkowych. Ocena poszkodowanego i postępowanie w przypadku: utraty przytomności, krwawienia i krwotoku, stłuczenia, skręcenia, zwichnięcia, złamania, zatrucia, oparzenia, udaru cieplnego, odmrożenia, porażenia prądem elektrycznym, ukąszenia, utonięcia, obrażeń wielomiejscowych. Nauka reanimacji i resuscytacji. Podstawy prawne udzielania pierwszej pomocy.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: udzielenia pomocy przedmedycznej ofiarom nieszczęśliwych wypadków; postępowania na miejscu zdarzenia w stanach zagrożenia zdrowia i życia.

10. Kształcenie w zakresie rytmiki i tańca

Treści kształcenia: Podstawowe wiadomości z zakresu muzyki. Ćwiczenia rytmiczne. Łączenie ruchu z muzyką. Metodyka nauczania wybranych tańców narodowych, regionalnych, towarzyskich i nowoczesnych. Ekspresja ruchowa. Zasady kompozycji układów tanecznych. Rytmika i taniec w zajęciach ruchowych z dziećmi. Zasady zachowania się podczas zabaw tanecznych.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: łączenia ruchu z muzyką; stosowania ćwiczeń rytmicznych w zajęciach ruchowych; nauczania wybranych tańców narodowych, regionalnych, towarzyskich, nowoczesnych; przygotowania układu tanecznego; przeprowadzenia imprezy tanecznej.

11. Kształcenie w zakresie sportów indywidualnych

Treści kształcenia: Gimnastyka – ćwiczenia kształtujące, ćwiczenia i zabawy gimnastyczne jako środek wspierający rozwój psychofizyczny człowieka. Technika wykonania, metodyka nauczania ćwiczeń, zasady pomocy i ochrony w zakresie gimnastyki podstawowej. Nowoczesne formy ćwiczeń gimnastycznych. Wybrane elementy gimnastyki przyrządowej. Lekka atletyka – ćwiczenia i zabawy lekkoatletyczne jako środek wspierający rozwój psychofizyczny człowieka. Technika wykonania i metodyka nauczania konkurencji lekkoatletycznych. Wybrane elementy lekkoatletycznych konkurencji technicznych. Pływanie – ćwiczenia i zabawy w wodzie jako środek wspierający rozwój psychofizyczny człowieka. Technika wykonania oraz metodyka nauczania podstawowych stylów pływackich. Zasady bezpieczeństwa w czasie ćwiczeń, zabaw i imprez pływackich. Elementy ratownictwa wodnego. Wybrane elementy współczesnych sportów pływackich.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: wykonywania i nauczania podstawowych ćwiczeń z zakresu sportów indywidualnych.

12. Kształcenie w zakresie sportów zespołowych

Treści kształcenia: Koszykówka, piłka nożna, piłka ręczna i piłka siatkowa jako środki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka. Znaczenie sportów zespołowych w przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej. Metodyka nauczania czynności ruchowych. Elementy taktyki w grach sportowych.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: wykonywania i nauczania podstawowych ćwiczeń z zakresu sportów zespołowych.

13. Kształcenie w zakresie teorii sportu

Treści kształcenia: Sport jako zjawisko kulturowe. Społeczne i biologiczne funkcje sportu. Wielopodmiotowość sportu. System szkolenia i współzawodnictwa sportowego. Etapy szkolenia sportowego. Specyfika szkolenia sportowego dzieci i młodzieży. Udział dzieci i młodzieży w sporcie masowym i rekreacji ruchowej. Rodzaje sprawności fizycznej i możliwości jej kontroli. Dobór i kwalifikacja do sportu wyczynowego. Prognozowanie rozwoju kariery sportowej. Podstawowe wiadomości o zasadach, formach, środkach i metodach treningu. Podstawy techniki i taktyki w sporcie. Nowoczesne technologie w sporcie. Czynniki warunkujące rozwój sportu. Kierunki rozwoju sportu. Sport olimpijski i sport profesjonalny.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: wyjaśniania istoty sportu; określania specyfiki sportu dzieci i młodzieży; identyfikacji talentów sportowych; doboru środków i metod treningowych na potrzeby sportu dzieci i młodzieży; stosowania testów sprawności specjalnej.

14. Kształcenie w zakresie zabaw i gier ruchowych

Treści kształcenia: Pojęcie i klasyfikacja zabaw i gier ruchowych. Metodyka nauczania zabaw i gier ruchowych. Zabawy i gry ruchowe jako środek w procesie społecznego, psychicznego i fizycznego rozwoju człowieka. Przygotowanie i

prowadzenie zajęć opartych na zabawach i grach ruchowych. Bezpieczeństwo podczas zabaw i gier ruchowych. Tworzenie i modyfikowanie zabaw i gier ruchowych.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: uzasadniania znaczenia zabaw i gier ruchowych w procesie wychowania fizycznego; doboru i prowadzenia zabaw i gier ruchowych w różnych warunkach – odpowiednio do celu, wieku i możliwości człowieka; modyfikowania zabaw i gier ruchowych.

IV. PRAKTYKI

Praktyki powinny trwać nie krócej niż 6 tygodni.

Zasady i formę odbywania praktyk ustala jednostka uczelni prowadząca kształcenie.

V. INNE WYMAGANIA

1. Kandydaci na studia muszą wykazać się odpowiednim poziomem zdrowia i sprawności fizycznej niezbędnym do podjęcia kształcenia.
2. Programy nauczania powinny przewidywać zajęcia z zakresu: języków obcych – w wymiarze 120 godzin, którym należy przypisać 5 punktów ECTS; technologii informacyjnej – w wymiarze 30 godzin, którym należy przypisać 2 punkty ECTS. Treści kształcenia w zakresie technologii informacyjnej: podstawy technik informatycznych, przetwarzanie tekstów, arkusze kalkulacyjne, bazy danych, grafika menedżerska i/lub prezentacyjna, usługi w sieciach informatycznych, pozyskiwanie i przetwarzanie informacji – powinny stanowić co najmniej odpowiednio dobrany podzbiór informacji zawartych w modułach wymaganych do uzyskania Europejskiego Certyfikatu Umiejętności Komputerowych (ECDL – European Computer Driving Licence).
3. Programy nauczania powinny zawierać treści humanistyczne w wymiarze nie mniejszym niż 60 godzin, którym przypisać należy nie mniej niż 3 punkty ECTS.
4. Programy nauczania powinny przewidywać zajęcia z zakresu ochrony własności intelektualnej, bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii.
5. Przynajmniej 60% zajęć powinny stanowić ćwiczenia lub seminaria.
6. Programy nauczania powinny przewidywać obóz szkoleniowy. W trakcie obozu szkoleniowego studenci powinni poznać różne formy aktywności fizycznej możliwe do realizacji w warunkach obozowych, a także zasady planowania i organizacji różnych form aktywnego wypoczynku. Czas trwania obozu nie może być krótszy niż 7 dni. Ukończenie obozu związane jest z uzyskaniem 2 punktów ECTS.
7. Za przygotowanie do egzaminu dyplomowego (w tym za przygotowanie pracy dyplomowej, jeśli przewiduje ją program nauczania) student otrzymuje 10 punktów ECTS.

B. STUDIA DRUGIEGO STOPNIA

I. WYMAGANIA OGÓLNE

Studia drugiego stopnia trwają nie krócej niż 4 semestry. Liczba godzin zajęć nie powinna być mniejsza niż 900. Liczba punktów ECTS nie powinna być mniejsza niż 120.

II. KWALIFIKACJE ABSOLWENTA

Absolwent powinien posiadać zaawansowaną wiedzę i umiejętności z zakresu nauk społecznych i przyrodniczych oraz nauk o kulturze fizycznej, aby rozumieć i umieć kierować edukacją i uczestnictwem w kulturze fizycznej, w tym zespołami ludzkimi, samokształceniem i działaniami innowacyjnymi oraz formułowaniem i rozwiązywaniem problemów badawczych. Absolwent powinien być przygotowany do pracy w: szkołach na wszystkich poziomach edukacji – po ukończeniu specjalności nauczycielskiej (zgodnie ze standardami kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela); instytucjach kultury fizycznej; administracji samorządowej i państwowej; organizacjach społecznych; instytutach naukowo-badawczych oraz instytutach zajmujących się doradztwem i upowszechnianiem wiedzy z zakresu aktywności fizycznej. Absolwent powinien być przygotowany do samodzielnego prowadzenia działalności gospodarczej. Absolwent powinien być przygotowany do podjęcia studiów trzeciego stopnia (doktoranckich).

III. RAMOWE TREŚCI KSZTAŁCENIA

1. GRUPY TREŚCI KSZTAŁCENIA, MINIMALNA LICZBA GODZIN ZAJĘĆ ZORGANIZOWANYCH ORAZ MINIMALNA LICZBA PUNKTÓW ECTS

	godziny	ECTS
A. GRUPA TREŚCI PODSTAWOWYCH	120	14
B. GRUPA TREŚCI KIERUNKOWYCH	165	19
Razem	285	33

2. SKŁADNIKI TREŚCI KSZTAŁCENIA W GRUPACH, MINIMALNA LICZBA GODZIN ZAJĘĆ ZORGANIZOWANYCH ORAZ MINIMALNA LICZBA PUNKTÓW ECTS

	godziny	ECTS
A. GRUPA TREŚCI PODSTAWOWYCH Treści kształcenia w zakresie:	120	14
1. Ekologii	15	
2. Filozofii	15	
3. Metodologii badań	30	
4. Pedagogiki kultury fizycznej	15	
5. Psychologii aktywności fizycznej	15	
6. Socjologii	15	
7. Statystyki	15	
B. GRUPA TREŚCI KIERUNKOWYCH Treści kształcenia w zakresie:	165	19
1. Zaawansowanej metodyki wychowania fizycznego		
2. Teorii treningu		
3. Turystyki szkolnej		
4. Sportów indywidualnych i zespołowych		
5. Wychowania fizycznego specjalnego		

3. TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

A. GRUPA TREŚCI PODSTAWOWYCH

1. Kształcenie w zakresie ekologii

Treści kształcenia: Podstawowe cechy i budowa biosfery. Ogólne zasady funkcjonowania ekosystemu. Cechy charakterystyczne wybranych ekosystemów Polski. Wpływ cywilizacji na przyrodę. Współczesne strategie i formy ochrony przyrody.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: rozpoznawania zagrożeń dla środowiska przyrodniczego wynikających z działalności człowieka.

2. Kształcenie w zakresie filozofii

Treści kształcenia: Filozofia w europejskim kręgu kulturowym – historia myśli, idei i poglądów filozoficznych. Związki filozofii z kulturą fizyczną. Antropologia filozoficzna. Człowiek jako istota psychofizyczna. Ciało – jego recepcja i ocena wartości w różnych epokach. Podstawowe problemy etyczne – dobro, doskonałość, prawda, piękno, sprawiedliwość. Psychoanaliza i neopsychoanaliza – biologiczna i kulturowa koncepcja człowieka.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: analizy logicznej w rozwiązywaniu problemów natury ogólnej; syntetycznego ujmowania i rozumienia abstrakcyjnych problemów; samodzielnej interpretacji ważnych zagadnień filozoficznych.

3. Kształcenie w zakresie metodologii badań

Treści kształcenia: Nauka i jej rozumienie. Cele i funkcje nauki w sensie czynnościowym. Podział nauk ze względu na przedmiot, zadania i metody. Nauki o kulturze fizycznej – przedmiot i metody. Metody badań empirycznych. Obserwacja i jej odmiany. Eksperyment i jego odmiany. Indukcja eliminacyjna i jej zastosowania w badaniach eksperymentalnych. Metoda sondażu diagnostycznego. Rodzaje i budowa kwestionariuszy. Metody doboru próby z populacji. Metody statystyczne i ich

zastosowanie w opisie i uogólnianiu wyników badań empirycznych. Typowe etapy postępowania badawczego w naukach empirycznych.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: formułowania i rozwiązywania problemów badawczych.

4. Kształcenie w zakresie pedagogiki kultury fizycznej

Treści kształcenia: Wartość ciała w edukacji. Wykorzystanie wartości kultury fizycznej w edukacji olimpijskiej i edukacji zdrowotnej. Podstawy resocjalizacji z wykorzystaniem środków kultury fizycznej. Jakość pracy szkoły i jej mierzenie. Działania nauczyciela na rzecz własnego rozwoju. Badanie własnej praktyki oraz poddawanie jej krytyce przez własne publikacje. Tworzenie własnych koncepcji pedagogicznych na podstawie krytycznej refleksji nad aktualnym stanem wiedzy. Konstruowanie programów nauczania. Tworzenie projektów i planów własnego rozwoju zawodowego.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: konstruowania programów nauczania; oceny jakości pracy szkoły; opracowywania projektu rozwoju zawodowego nauczyciela; uwzględniania wychowawczych wartości kultury fizycznej, a w szczególności olimpiizmu i zdrowia w wychowaniu fizycznym i w profilaktyce patologii społecznych.

5. Kształcenie w zakresie psychologii aktywności fizycznej

Treści kształcenia: Psychologiczne determinanty uczenia się motorycznego. Procesy emocjonalne towarzyszące aktywności fizycznej. Motywacje i aspiracje związane z uczestnictwem w kulturze fizycznej. Elementy psychologii sportu.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: analizy procesu nauczania – uczenia się motorycznego; rozwijania motywacji związanej z uczestnictwem w kulturze fizycznej.

6. Kształcenie w zakresie socjologii

Treści kształcenia: Socjologia i jej funkcje. Podstawowe metody badań społecznych. Socjologia kultury fizycznej. Kultura masowa w dobie globalizacji. Wzory socjokulturowe cielesności i sprawności fizycznej. Wzory lansowane przez mass media a wzory realizowane. Kultura fizyczna jako fenomen kultury masowej. Społeczne uwarunkowania aktywności fizycznej – wymiar amatorski i profesjonalny. Kultura masowa jako czynnik determinujący procesy wychowawcze. Systemy edukacyjne i ich funkcje jawne i ukryte. Zmiany w systemie edukacji a reprodukcja systemu społecznego. Alternatywa w edukacji.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: tworzenia kwestionariuszy ankiet i wywiadów w oparciu o poznane metody wykorzystywane w badaniach społecznych; diagnozy środowiska społecznego człowieka oraz oceny wpływu kultury masowej na osobowość człowieka; interpretacji faktów społecznych związanych z kulturą fizyczną.

7. Kształcenie w zakresie statystyki

Treści kształcenia: Podstawowe pojęcia analizy danych – populacja i próba, cecha a zmienna, typy skal pomiarowych. Metody opisu statystycznego – rozkład empiryczny zmiennej i charakterystyki liczbowe rozkładu. Podstawy wnioskowania statystycznego – hipoteza statystyczna a hipoteza badawcza, etapy weryfikacji hipotez statystycznych, wybrane testy parametryczne i nieparametryczne. Wprowadzenie do zagadnienia oceny współzależności między zmiennymi – analiza korelacji, model regresji prostej.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: interpretacji podstawowych charakterystyk liczbowych rozkładu empirycznego zmiennej; formułowania i weryfikacji hipotez statystycznych; formułowania wniosków merytorycznych na podstawie wniosków statystycznych.

B. GRUPA TREŚCI KIERUNKOWYCH

1. Kształcenie w zakresie zaawansowanej metodyki wychowania fizycznego

Treści kształcenia: Specyfika pracy nauczyciela wychowania fizycznego w szkołach ponadgimnazjalnych i szkołach wyższych – podstawy programowe i programy wychowania fizycznego. Programy autorskie. Formy i metody pracy. Osiągnięcia uczniów i ich ocena. Nowatorstwo i praca innowacyjno-badawcza nauczyciela wychowania fizycznego. Ocena jakości wychowania fizycznego w szkole. Wychowanie fizyczne w Polsce na tle innych krajów.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: planowania, realizacji i oceny procesu wychowania fizycznego w szkole ponadgimnazjalnej i wyższej; organizowania samooceny ucznia; konstruowania i oceny programów autorskich; planowania, organizowania i oceny wyników badań z zakresu wychowania fizycznego.

2. Kształcenie w zakresie teorii treningu

Treści kształcenia: Trening sportowy i zdrowotny. Rzeczowa i czasowa struktura treningu oraz jej składowe. Obciążenia treningowe i ich klasyfikacja. Efekty adaptacyjne treningu w różnych strefach czasowych, klimatycznych i wysokościowych. Pozytywne mierniki zdrowia. Kierowanie, kontrola i samokontrola treningu sportowego oraz zdrowotnego. Wykorzystywanie nowoczesnej aparatury pomiarowej. Programowanie i planowanie treningu sportowego i zdrowotnego w różnych fazach ontogenezy. Konstruowanie jednostek i cykli treningowych. Korzyści, zagrożenia i bezpieczeństwo treningu sportowego oraz zdrowotnego.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: wyjaśniania sensu treningu sportowego i zdrowotnego; diagnozy przygotowania kondycyjnego; planowania, realizacji i kontroli treningu i efektów potreningowych.

3. Kształcenie w zakresie turystyki szkolnej

Treści kształcenia: Turystyka jako zjawisko społeczne. Zarys dziejów turystyki. Organizacja turystyki i krajoznawstwa w Polsce. Zajęcia krajoznawczo-turystyczne w szkole. Bezpieczeństwo w turystyce. Ochrona przyrody w turystyce. Wybrane formy turystyki aktywnej w szkole – wycieczki szkolne i obozy wędrowne. Podstawy prawne działalności turystycznej.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: opracowywania programów; organizacji i prowadzenia imprez turystycznych dla dzieci i młodzieży szkolnej.

4. Kształcenie w zakresie sportów indywidualnych i zespołowych

Treści kształcenia: Technika wykonywania i metodyka nauczania czynności ruchowych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych w szkołach ponadgimnazjalnych i wyższych. Specyfika treningu dzieci i młodzieży w sportach indywidualnych i zespołowych. Przygotowanie i prowadzenie zawodów sportowych i imprez rekreacyjnych z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: programowania i realizacji zajęć sportowych i rekreacyjnych w oparciu o poznane sporty indywidualne i zespołowe w szkołach ponadgimnazjalnych i wyższych; przygotowywania i prowadzenia zawodów sportowych oraz imprez rekreacyjnych z zakresu sportów zespołowych i indywidualnych.

5. Kształcenie w zakresie wychowania fizycznego specjalnego

Treści kształcenia: Podstawowe zagadnienia z oligofrenopedagogiki, tyflopädagogiki oraz surdopedagogiki. Zajęcia ruchowe w grupach dysfunkcyjnych i integracyjnych – treści, metody, formy i środki. Bezpieczeństwo zajęć w grupach dysfunkcyjnych i integracyjnych. Sport i rekreacja dzieci i młodzieży niepełnosprawnej.

Efekty kształcenia – umiejętności i kompetencje: doboru treści, metod, form i środków w zajęciach ruchowych w grupach dysfunkcyjnych i integracyjnych.

V. INNE WYMAGANIA

1. Studia drugiego stopnia mogą podejmować osoby, które zaliczyły nie mniej niż 60% godzin i uzyskały nie mniej niż 60% punktów ECTS z zakresu treści określonych w standardach kształcenia dla pierwszego stopnia na kierunku wychowanie fizyczne.
2. Kandydaci na studia drugiego stopnia powinni wykazać się odpowiednim poziomem zdrowia niezbędnym do podjęcia kształcenia. Absolwenci studiów pierwszego stopnia kierunków innych niż wychowanie fizyczne muszą wykazać się odpowiednim poziomem sprawności fizycznej niezbędnej do podjęcia kształcenia.
3. Przynajmniej 60% zajęć powinny stanowić ćwiczenia lub seminaria.
4. Za przygotowanie pracy magisterskiej i przygotowanie do egzaminu dyplomowego student otrzymuje 20 punktów ECTS.