

Przedmiot: Gimnastyka korekcyjna

I. Informacje ogólne

Jednostka organizacyjna	Wydział REHABILITACJI Katedra Nauczania Ruchu Kierownik: dr hab. prof. AWF Izabela Rutkowska
Nazwa przedmiotu	Gimnastyka korekcyjna
Kod przedmiotu	TZ-II-22a
Język wykładowy	Polski
Rodzaj kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	fakultatywny/ do wyboru
Poziom kształcenia (np. pierwszego lub drugiego stopnia)	II stopień
Rok studiów	I
Semestr	IV
Liczba punktów ECTS	2
Imiona i nazwiska wykładowców	mgr Marta Kinga Łabęcka
Program (programy) studiów, w którym realizowany jest przedmiot	TERAPIA ZAJĘCIOWA
Sposób realizacji zajęć (stacjonarny, uczenie się na odległość)	stacjonarny
Wymaganie wstępne i dodatkowe	Student/ka nie ma przeciwwskazań do ćwiczeń fizycznych

II. Informacje szczegółowe

Cele przedmiotu

C1	Wyposażenie studenta w wiedzę polegającą na rozróżnianiu wad postawy i ich charakteryzowaniu oraz z tokami lekcyjnymi na poszczególne wady postawy i umiejętnością napisania konspektu
C2	Zapoznanie studenta z zasadami pracy na zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych, nauczanie Go formułowania celu głównego i szczegółowego, zastosowania metody realizacji zadań ruchowych oraz form organizacji zajęć, doboru ćwiczenia, gier i zabaw korekcyjnych, pozycji wyjściowych oraz obciążeń, prowadzenia zajęć z zastosowaniem różnorodnych przyborów i przyrządów
C3	Zapoznanie studenta z umiejętnym stosowaniem schematu postępowania korekcyjnego uwzględniający trójtorowość postępowania korekcyjnego, kryteriami oceny postawy i badaniem
C4	Przygotowanie studenta do zapobiegania i przeciwdziałania wadom postawy, zasadom współpracy z rodzicami, pielęgniarką i lekarzem

Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych dla przedmiotu

Efekt uczenia się	Efekty uczenia się przedmiotowe	Odniesienie do celów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia PRK
Wiedza			
W zakresie wiedzy absolwent zna i rozumie:			
K_W02	1. Posiada wiedzę w zakresie anatomii układu mięśniowego i kostno-stawowego 2. Posiada wiedzę dotyczącą zmian w postawie ciała zachodzących w procesie ontogenezy 3. Zna podstawowe metody badania i oceny postawy ciała oraz zasady korekcji podstawowych wad postawy ciała	C1,C2,C3, C4	P7S_WG
K_W03	1. Zna czynniki środowiskowe, które niekorzystnie wpływają na kształtowanie się postawy ciała 2. Wie jakie są najczęstsze przyczyny wad postawy ciała i patomechanizm ich powstawania	C1	P7S_WG
K_W06	1. Posiada wiedzę dotyczącą działań profilaktycznych w kształtowaniu prawidłowej postawy ciała 2. Zna schemat i trójtorowość postępowania korekcyjnego i potrafi kształtować nawyki prawidłowej postawy wśród uczniów 3. Zna ćwiczenia, gry i zabawy	C2, C3, C4	P7S_WG

	i stosuje je w praktyce. Potrafi zbudować lekcję do określonej wady postawy ciała i ją przeprowadzić 4. Zna metody, formy i zasady prowadzenia zajęć korekcyjno – kompensacyjnych		
Umiejętności			
W zakresie umiejętności absolwent potrafi:			
K_U01	1. Potrafi ocenić postawę ciała, rozpoznać podstawowe wady postawy 2. Potrafi zapisać scenariusz zajęć w odpowiedniej formie	C1, C2	P7S_UW
K_U15	1. Potrafi dobrać ćwiczenia o charakterze korygującym poszczególne nieprawidłowości postawy i ćwiczenia profilaktyczne (kompensacyjne) 2. Potrafi zbudować lekcję do określonej wady postawy ciała i ją przeprowadzić 3. Posiada umiejętności i kompetencje niezbędne do kompleksowej realizacji zadań o charakterze korekcyjnym i kompensacyjnym 4. Wykazuje umiejętność uczenia się i doskonalenia własnego warsztatu	C1, C2, C3	P7S_UO
Kompetencje społeczne			
W zakresie kompetencji społecznych absolwent jest gotów do:			
K_K06	1. Posiada kompetencje do samodzielnego angażowania się w realizację stawianych przed nim celów i zadań korekcyjnych oraz profilaktycznych 2. Samodzielnie wykonuje powierzone zadania dotyczące diagnostyki i profilaktyki wad postawy ciała 3. Wykazuje kreatywność w pracy zespołowej 4. Ocenia zachowania istotne dla zdrowia i jest przygotowany do roli promotora zachowań wobec dzieci i młodzieży z wadami postawy	C1,C3, C4	P7S_KR

Treści programowe			
	Tytuł wykładu	Odniesienie do efektów uczenia się kierunkowych /	Odniesienie do celów przedmiotu

		przedmiotowych	
Ćwiczenia / zajęcia praktyczne			
TP1	Zajęcia wprowadzające. Postawa ciała prawidłowa i nieprawidłowa. Wyznaczniki prawidłowej postawy ciała. Rola kręgosłupa i miednicy w kształtowaniu się prawidłowej postawy ciała	K_W02/1 K_U01/1 K_U15/3,4 K_K06/1	C1
TP2	Ogólne założenia postępowania korekcyjnego. Formy, metody i zasady zajęć korekcyjno-kompensacyjnych. Trójtórowość metod postępowania korekcyjnego	K_W02/3 K_W06/2,3,4 K_U01/2 K_U15/2,3,4 K_K06/1	C1, C2, C3
TP3	Wady postawy i wady budowy - definicje. Czynniki ryzyka powstawania wad postawy ciała. Klasyfikacja wad postawy wg Nowotnego. Okresy rozwoju wad postawy. Reedukacja posturalna	K_W02/2 K_W03/1,2 K_U01/1 K_U15/3,4 K_K06/1	C1
TP4	Systematyka ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych. Przykładowy plan zajęć gimnastyki. Metody oceny siły i wytrzymałości wybranych grup mięśniowych	K_W02/1,3 K_W06/2,3,4 K_U01/2 K_U15/1,2,3,4 K_K06/1	C1, C2, C3
TP5	Zapoznanie z pozycjami wyjściowymi i ćwiczebnymi oraz z podziałem ćwiczeń stosowanych w gimnastyce. Przykłady ćwiczeń, gier i zabaw ruchowych na poszczególne wady postawy. Tory oddechowe. Prawidłowa i ergonomiczna pozycja pracy podczas czynności dnia codziennego	K_W02/3 K_W06/2,3,4 K_U01/1,2 K_U15/2,3,4 K_K06/1,2	C2, C3
TP6	Najczęstsze wady postawy ciała w płaszczyźnie strzałkowej oraz czołowej, ich charakterystyka, wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń	K_W02/2,3 K_W03/2 K_W06/1,2,3,4 K_U01/1, 2 K_U15/1,2,3,4 K_K06/1,2	C1, C2, C3, C4
TP7	Najczęstsze wady klatki piersiowej, kończyn dolnych i stóp, ich charakterystyka, wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń	K_W02/2,3 K_W03/2 K_W06/1,2,3,4 K_U01/1, 2 K_U15/1,2,3,4 K_K06/1, 2	C1, C2, C3, C4
TP8	Najczęstsze wady postawy ciała w płaszczyźnie strzałkowej oraz czołowej, ich charakterystyka, wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń	K_W02/2,3 K_W03/2 K_W06/1,2,3,4 K_U01/1, 2 K_U15/1,2,3,4 K_K06/1, 2	C1, C2, C3, C4

TP9	Najczęstsze wady klatki piersiowej, kończyn dolnych i stóp, ich charakterystyka, wskazania i przeciwwskazania do ćwiczeń	K_W02/2,3 K_W03/2 K_W06/1,2,3,4 K_U01/1, 2 K_U15/1,2,3,4 K_K06/1, 2	C1, C2, C3, C4
TP10	Badanie, klasyfikacja i ocena postawy ciała. Przykładowe testy funkcjonalne	K_W02/3 K_W01/1,2 K_W15/3,4 K_K06/1,2	C1, C3
TP11	Ocena plantograficzna stóp. Wykonanie plantogramów, wyznaczanie kątów i wskaźników oceniających sklepienie podłużne i poprzeczne stóp	K_W02/3 K_W01/1,2 K_W15/3,4 K_K06/1,2	C1, C3
TP12	Ocena postawy ciała osoby z wybraną wadą zgodnie z poznanymi zasadami	K_W02/3 K_W01/1,2 K_W15/3,4 K_K06/1,2	C1, C2, C3, C4
TP13	Znane metody fizjoterapeutyczne stosowane w terapii dzieci z wadami postawy. Rola terapeuty zajęciowego w procesie terapeutycznym	K_U15/3,4 K_K06/1,2,3,4	C3,C4
TP14	Zaliczenie teoretyczne	K_W02/ 1,2,3 K_W03/ 1,2 K_W06/1,2,3,4 K_U01/1,2 K_U15/1,2,3,4 K_K06/1,4	C1,C2,C3,C4
TP15	Współpraca nauczyciela instruktora z rodzicami, pielęgniarką i lekarzem (zestawy ćwiczeń do zajęć indywidualnych w domu, pisemne informacje lekarskie o rodzaju i stopniu stwierdzonych zaburzeń, przeciwwskazaniach lub wskazaniach dotyczących ćwiczeń). Zabawy i gry ruchowe oraz inne formy ruchu (rytmika, taniec) w zajęciach korekcyjnych i kompensacyjnych	K_W02/2,3 K_W03/1,2 K_W06/1,2,3,4 K_U01/1,2 K_U15/1,3,4 K_K06/1,2,3,4	C1,C2,C3,C4

Planowane formy / działania / metody dydaktyczne		
Treści programowe	Metoda dydaktyczna	Odniesienie do efektów uczenia się
TP1-TP15	Ćwiczenia (zajęcia praktyczne) - ćwiczenia przedmiotowe, dyskusja	K_W06/2,3,4 K_U01/1,2 K_U15/2 K_K06/2,4

Środki dydaktyczne:

Zajęcia praktyczne: pokaz czynności, pokaz z objaśnieniem, instruktaż, ćwiczenia utrwalające, ćwiczenia przedmiotowe, nauczanie przez uczestnictwo w zajęciach sportowych, dyskusja dydaktyczna, prezentacja wybranych ćwiczeń w grach zespołowych

Wymagane przyrządy i przybory: - sala gimnastyczna z matą do ćwiczeń i lustrami, przyrządy (m.in. materace, drabinki, skrzynia, ławeczki), przybory (np. kije, szarfy, ringo), sprzęt do odtwarzania muzyki

Metody i kryteria oceniania		
Efekt uczenia się dla przedmiotu	Treści programowe (TP)	Typy / Metody oceniania D – ocenianie diagnostyczne, F- ocenianie formujące, P – ocenianie podsumowujące * lub wybór z załączonej listy walidacji wyników
K_W02/ 1,2,3 K_W03/ 1,2 K_W06/1,2,3,4 K_U01/1,2 K_U15/1,2,3,4 K_K06/1,4	TP1-TP15	Obecność na zajęciach F- Testy krótkiej odpowiedzi
K_W06/1 K_U15/3,4 K_K06/1,2,3,4	TP14 TP6-TP13 TP12-TP13	F- Kolokwium D – Zaliczenie praktyczne (opracowanie ćwiczeń dla wybranych wad postawy- konspekt z charakterystyką wady wraz z ćwiczeniami) D- Ocena postawy ciała i wysklepienia stóp i dopasowanie ćwiczeń i metod terapeutycznych

*D – ocena przypadku, rozpoznanie, F – sprawdzian pisemny, dyskusja, obserwacja, P – egzamin pisemny lub wybór z załączonej walidacji wyników.

Zalecana lista lektur lub lektury obowiązkowe
Literatura obowiązkowa: 1. Kasperczyk T. (1994): Wady postawy. Diagnostyka i leczenie, Kasper sc., Kraków 2. Kutzner – Kozińska M. (1986): Korekcja wad postawy, WSiP, Warszawa 3. Kutzner-Kozińska M. (2001): Proces korygowania wad postawy. AWF, Warszawa 4. Majoch St. (1978): Gry i zabawy w korekcji skolioz, Kultura fizyczna nr 4. 5. Malina H. (1996): Wady kończyn dolnych. Postępowanie korekcyjne. Kraków 6. Nowotny J., Saulicz E. (2000): Niektóre zaburzenia statyki ciała i ich korekcja. AWF, Katowice 7. Owczarek S., Bondarowicz M. (2016): Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej, Korso, Warszawa 8. Tuzinek S., Biniaszewski T., Ratyńska A.(2010): Podstawy teorii i metodyki gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej, Politechnika Radomska, Radom 9. Zeyland-Malawka E. (1994): Ćwiczenia korekcyjne, AWF, Gdańsk 10. Zeyland-Malawka E. (1997): Badanie postawy ciała. AWF, Gdańsk 11. Korpak L. (2014): Gimnastyka korekcyjna - ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała. RAABE, Warszawa Literatura uzupełniająca: 1. Owczarek S.(2016),: Atlas ćwiczeń korekcyjnych, Korso, Warszawa 2. Prętkiewicz-Abacjew E. (2005): Postępowanie korekcyjne w wadach postawy: Gdańsk, AWFis 3. Romanowska A. (2000), Konspekty zajęć gimnastyki korekcyjno – kompensacyjnej, Wyd. „Korepetytor”, Płock

4. Romanowska A. (2011): Wychowanie do postępowania korekcyjnego. Podręcznik dla studentów oraz nauczycieli wychowania fizycznego i gimnastyki korekcyjno kompensacyjnej. Wyd. Korepetytor

Punkty ECTS (1 pkt - 25 godz. pracy studenta)

RODZAJ ZAJĘĆ	GODZINY
Godziny kontaktowe	30
Przygotowanie do zajęć	5
Zapoznanie się ze wskazaną literaturą	5
Napisanie projektu	0
Przygotowanie raportu	0
Przygotowanie do egzaminu	10
Razem = 50 godz. = 2 ECTS	