



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



„Kreatywny nauczyciel - aktywny i zdrowy uczeń”  
FERS.01.05-IP.08-0481/23

### Sylabus kursu instruktora AWF Katowice

Nazwa kursu: <b>Alfabet ruchowy w edukacji wczesnoszkolnej</b>	
Jednostka organizująca kurs: <b>Akademickie Centrum Kształcenia</b>	
Wydział realizujący kurs: <b>Wydział Wychowania fizycznego</b>	Jednostka realizująca kurs: <b>Katedra Aktywności Fizycznej i Promocji Zdrowia Zakład Wychowania Fizycznego i Edukacji Zdrowotnej</b>
Rodzaj kursu: <b>kurs instruktora AWF Katowice</b>	Liczba godzin: <b>16</b>
Język modułu/przedmiotu: <b>polski</b>	Forma zajęć: <b>zajęcia teoretyczne/praktyczne</b>
Koordinator kursu	<b>dr Dariusz Pośpiech, prof. AWF Katowice</b>
Kryteria naboru	Dyplom ukończenia studiów uprawniających do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania przedszkolnego, edukacji wczesnoszkolnej lub wychowania fizycznego; oświadczenie Uczestnika o braku przeciwwskazań zdrowotnych uniemożliwiających bezpieczny udział w kursie; wiek 18-64 lat.
Opis kursu:	Głównym celem kursu jest przygotowanie nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej do wdrażania koncepcji "Alfabetu ruchowego" (Physical Literacy), która traktuje rozwój fizyczny dziecka w sposób holistyczny, odchodząc od tradycyjnego podejścia zorientowanego wyłącznie na sprawność fizyczną i rywalizację, ukierunkowując edukację fizyczną na motywację i pewność siebie oraz umiejętność identyfikowania mocnych stron ucznia. Absolwent kursu będzie wykwalifikowanym instruktorem posiadającym kompetencje do: kształtowania podstawowych umiejętności ruchowych, wiedzy, motywacji i pewności siebie oraz oceny tych obszarów. Kurs odpowiada na rosnące zapotrzebowanie rynku edukacyjnego na nowoczesnych nauczycieli, potrafiących sprostać współczesnym problemom zdrowotnym dzieci takim jak: otyłość, wady postawy, spadek ogólnej sprawności fizycznej.
Rodzaj uzyskiwanych kwalifikacji formalnych lub zakres kompetencji	Kwalifikacje instruktora AWF Katowice alfabetu ruchowego w edukacji wczesnoszkolnej
Rodzaj dokumentu potwierdzającego ukończenie kursu	Świadectwo ukończenia kursu „Alfabet ruchowy w edukacji wczesnoszkolnej”, legitymacja instruktora AWF Katowice alfabetu ruchowego w edukacji wczesnoszkolnej
Odniesienie do efektów uczenia się	Kierunek wychowanie fizyczne I stopnia



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



„Kreatywny nauczyciel - aktywny i zdrowy uczeń”  
FERS.01.05-IP.08-0481/23

Lp.	Modułowe efekty uczenia się*	Odniesienie do efektów uczenia się	Odniesienie Charakterystyk II stopnia PRK
<b>w zakresie wiedzy</b>			
W01	Definiuje koncepcję alfabetu ruchowego i opisuje cztery podstawowe filary warunkujące całościową aktywność fizyczną	K_W23	P6S_WG
W02	Uzasadnia znaczenie zdobywania wiedzy oraz zrozumienia procesów związanych z alfabetem ruchowym przez ucznia edukacji wczesnoszkolnej	K_W17	P6S_WK
<b>w zakresie umiejętności</b>			
U01	Potrafi poprawnie zademonstrować podstawowe umiejętności ruchowe oraz wdrożyć odpowiednie ćwiczenia i zabawy kształtujące PUR dla uczniów wczesnoszkolnych	K_U12	P6S_UO
U02	Diagnostuje proces alfabetyzacji ruchowej, identyfikuje błędy i stosuje konstruktywne korekty w procesie nauczania	K_U13	P6S_UO
<b>w zakresie kompetencji społecznych</b>			
K01	Projektuje różnorodne sytuacje edukacyjne rozwijając sferę emocjonalną i behawioralną ucznia wczesnoszkolnego	K_K09	P6S_KK
K02	Ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, dokonuje krytycznej samooceny własnych kompetencji	K_K01	P6S_KK

#### Stosowane metody dydaktyczne

Wykład informacyjny, dyskusja dydaktyczna, samodzielne rozwiązywanie zadań, metoda projektów, ćwiczenia warsztatowe, demonstracja/pokaz

Treści modułu kształcenia		Liczba godziny
<b>Zajęcia teoretyczne</b>		
1.	Koncepcja alfabetu ruchowego.	1
2.	Kompetencje ruchowe (sfera fizyczno-ruchowa).	1
3.	Motywacja i pewność siebie (sfera emocjonalna).	1
4.	Wiedza i zrozumienie (sfera poznawcza).	1
5.	Zaangażowanie w całościową aktywność fizyczną (sfera behawioralna).	1



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



„Kreatywny nauczyciel - aktywny i zdrowy uczeń”  
FERS.01.05-IP.08-0481/23

Zajęcia praktyczne		
1.	Umiejętności ruchowe - lokomocyjne: technika chodu, biegu, podskoki, skoki, unik.	2
2.	Umiejętności kontrolowania sprzętu – manipulacyjne: rzucanie, podania, uderzenia i uderzenia, kopnięcia, drybling nogami i rękami.	2
3.	Umiejętności kontroli ciała – równowaga statyczna i dynamiczna.	2
4.	Doskonalenie podstawowych umiejętności ruchowych: tory przeszkód, zabawy i gry.	2
5.	Diagnoza alfabetu ruchowego - Kanadyjska ocena umiejętności ruchowych.	3

#### Forma i warunki zaliczenia modułów kursu, w tym zasady dopuszczenia do zaliczenia, egzaminu

Obecność na zajęciach, opanowanie wskazanych powyżej kompetencji w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych. Kurs kończy się egzaminem – uczestnicy opracowują scenariusz zajęć z alfabetu ruchowego.

#### Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia kursu

Literatura podstawowa:

- Kosmol, A., Mazur, Z., Płoszaj, K. (red.). (2024). Alfabet ruchowy i podstawowe umiejętności ruchowe dla dzieci w wieku 6–12 lat. Przewodnik dla nauczycieli. Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie.  
[https://www.awf.edu.pl/data/assets/pdf\\_file/0018/62046/AlfabetRuchowyIPodstawoweUmiejtnosciRuchowe.pdf](https://www.awf.edu.pl/data/assets/pdf_file/0018/62046/AlfabetRuchowyIPodstawoweUmiejtnosciRuchowe.pdf)
- Podstawa programowa z WF  
<https://legislacja.rcl.gov.pl/docs//579/12397363/13125626/dokument728277.pdf>

Literatura uzupełniająca:

- Grupa badawcza ds. zdrowego, aktywnego życia oraz otyłości. (2017). Kanadyjska ocena umiejętności ruchowych: Podręcznik przeprowadzania testów (Wyd. 2). Children’s Hospital of Eastern Ontario Research Institute.
- Frołowicz, T. (2002). Edukacyjne intencje nauczycieli wychowania fizycznego: Między deklaracjami a działaniami. Wydawnictwo Uczelniane AWFIS.

#### Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk, w przypadku, gdy program kursu przewiduje praktyki

Program nie przewiduje praktyk

#### Metody walidacji efektów uczenia się

Efekty uczenia się	Dyskusja	Obserwacja na zajęciach	Egzamin – projekt grupowy
W01	x		x
W02	x		x
U01		x	x
U02		x	x
K01		x	x
K02		x	x