



**KAPITAŁ LUDZKI**  
CZŁOWIEK – NAJLEPSZA INWESTYCJA!



**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu

Ewa Bieć  
Marek Lewandowski

# **DZIENNIK PRAKTYKI PEDAGOGICZNEJ**

## **Gimnastyka kompensacyjno-korekcyjna**

### **gimnazjum (klasy I–III)**

### **rok szkolny 2011/2012**

Gimnazjum Nr ....., kod pocztowy .....

w .....

ulica .....

termin praktyki .....

.....  
Imię i nazwisko studenta (studentki)

Dyrektor szkoły .....

Nauczyciel opiekun .....

Nadzór dydaktyczny z AWF .....



**NOWA JAKOŚĆ**  
**PRAKTYK**  
**PEDAGOGICZNYCH**



Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu  
al. I. J. Paderewskiego 35, 51-612 Wrocław  
Biuro projektu: ul. Witelona 25, 51-617 Wrocław, p. 012  
tel./fax 71 347 31 70  
email: projekt.praktyki@awf.wroc.pl; student.praktyki@awf.wroc.pl

**Egzemplarz bezpłatny współfinansowany ze środków Unii Europejskiej  
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego**

© *Copyright by Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Wrocław 2011*

ISBN 978-83-7374-075-4



ul. Parkowa 13, 51-616 Wrocław  
tel. 71-348-15-49  
e-mail: wtn@wtn.wroc.pl  
www.wtn.wroc.pl

## SPIS TREŚCI

Wstęp .....	5
I. Cele i zadania praktyki w zakresie gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej .....	6
II. Prawa i obowiązki studenta oraz warunki zaliczenia praktyki .....	8
III. Spis podstawowego piśmiennictwa, z którego warto skorzystać w czasie praktyki ..	10
IV. Ramowy i szczegółowy plan pracy studenta .....	12
V. Dokumentacja pracy studenta .....	16
A) Baza i program zajęć wychowania fizycznego z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej .....	16
B) Ocena warunków realizacji gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej na terenie szkoły .....	17
C) Hospitacje i wywiady .....	18
D) Diagnoza funkcjonalna narządu ruchu w wybranej klasie I–III .....	27
E) Prowadzenie lekcji z elementami ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych .....	34
VI. Zestawienie liczbowe hospitacji i przeprowadzonych lekcji (zajęć) .....	43
VII. Ocena i uwagi opiekuna dydaktycznego z Uczelni .....	44
VIII. Dodatkowa dokumentacja	
Narzędzie do oceny przebiegu praktyki	
Karta badań postawy	
FMS / Karta oceny	



## WSTĘP

*Nie wstyd nie wiedzieć, lecz wstyd nie pragnąć swojej wiedzy uzupełnić.*  
(F. Chwalibóg)

Trzytygodniowa praktyka w gimnazjum jest drugą przewidzianą w programie studiów w AWF we Wrocławiu. Zakładamy, że praktyka w szkole podstawowej umożliwiła Ci sprawdzenie swojej wiedzy, umiejętności praktycznych oraz była dobrą okazją do zapoznania się ze szkołą jako instytucją. Mamy nadzieję, że zebrane doświadczenia oraz wiedza i umiejętności jakie już posiadasz pozwolą Ci na zrealizowanie wszystkich zadań praktyki w gimnazjum w sposób lepszy niż to miało miejsce w szkole podstawowej. Musisz jednak zdawać sobie sprawę z tego, że cele edukacji prozdrowotnej uzasadniają potrzebę wprowadzania w zajęciach wychowania fizycznego ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych. Może to przyczynić się nie tylko do przeciwdziałania zaburzeniom statyki ciała i ich następstw spowodowanych niezdrowym stylem życia, ale także wpływać na kształtowanie oraz utrwalanie się wśród uczniów nawyku prawidłowej postawy ciała. Ma to ogromne znaczenie w edukacji prozdrowotnej człowieka.

## I. CELE I ZADANIA PRAKTYKI PEDAGOGICZNEJ

### Ogólne cele praktyki:

- poszerzenie wiedzy, doświadczenia i umiejętności niezbędnych do projektowania, planowania, organizacji i realizacji zajęć z wychowania fizycznego z młodzieżą
- praktyczne przygotowanie studentów do samodzielnych oraz twórczych działań związanych z projektowaniem, programowaniem, planowaniem oraz organizacją i realizacją zajęć wychowania fizycznego na wszystkich etapach edukacji;
- wspomaganie studentów w tworzeniu spójnej filozofii własnego życia oraz w działaniach ukierunkowanych na rozwój poznawczy, emocjonalny i psychomotoryczny.

### Cele praktyki gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej w gimnazjum:

- zdobywanie wiedzy, doświadczenia i umiejętności niezbędnych do projektowania, planowania, organizacji i realizacji zajęć ruchowych z uczniami z uwzględnieniem elementów ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych w klasach I–III gimnazjum;
- rozwijanie świadomości prozdrowotnych studenta oraz pozytywnego nastawienia do młodzieży;
- doskonalenie sfery poznawczej, emocjonalnej i psychomotorycznej studenta.

### Zadania praktyki w gimnazjum:

1. Zapoznanie się z ogólnym programem wychowania zdrowotnego:
  - przeprowadzenie wywiadu z nauczycielem wychowania fizycznego na temat realizacji programu i planów pracy z wychowania fizycznego i zdrowotnego a w tym gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej;
  - przeprowadzenie wywiadu z przedstawicielem służby zdrowia na terenie szkoły (higienistką lub lekarzem) na temat realizacji programu wychowania zdrowotnego oraz oceny zdrowia uczniów;
  - zapoznanie się z dokumentacją szkolną: kartami zdrowia, dokumentacją wychowawcy klasy i nauczyciela wychowania fizycznego;
2. Praktyczne zapoznanie się z planowaniem, organizacją oraz realizacją zajęć na III etapie edukacji ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych:
  - hospitacja lekcji wychowania fizycznego z elementami z gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej;
  - asystowanie nauczycielowi wychowania fizycznego lub prowadzenie fragmentów lekcji w oparciu o ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne;
  - prowadzenie lekcji wychowania fizycznego z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej;
3. Rozpoznanie dysfunkcji narządu ruchu u młodzieży w gimnazjum:
  - przeprowadzenie oceny postawy ciała, testów funkcjonalnych i motorycznych;
  - analiza dokumentacji dotyczącej zdrowia i rozwoju fizycznego wybranej klasy i wybranego ucznia;
  - analiza i ocena występowania zmian w postawie ciała oraz rozwoju fizycznego uczniów w klasach I–III.

## **Zadania szczegółowe, które należy zrealizować w czasie praktyki w gimnazjum:**

W dzienniku praktyki muszą znaleźć się informacje dotyczące:

1. Rozpoznania ogólnej struktury organizacyjnej szkoły w aspekcie realizacji zajęć z gimnastyki korekcyjno- kompensacyjnej.
2. Analiza programu i planu pracy profilaktyki prozdrowotnej szkoły.
3. Przeprowadzonej diagnozy zmian postawy ciała (wady postawy i skolioz) w wybranej klasie I–III .
4. Przeprowadzenie ogólnej charakterystyki wybranej klasy na podstawie badań własnych oraz materiału przekazanego przez wychowawcę i higienistkę szkolną.
5. Analizy i oceny warunków realizacji zajęć z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej w klasach I–III.

W czasie trwania praktyki jesteś zobowiązany do:

1. Przeprowadzenia **minimum 6 hospitacji**, lekcji wychowania fizycznego ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych zawartych w części końcowej.

**UWAGA: Pamiętaj, że każda hospitacja powinna być zapowiedziana i uzgodniona z dyrektorem szkoły oraz nauczycielem, u którego będziesz przebywał na lekcji. Przed lekcją powinienes zawsze podać nauczycielowi cel hospitacji.**

2. Przeprowadzenia **samodzielnie** jednej lekcji z bloku „Zdrowie” opartej o ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne i **minimum 6 części końcowych lekcji** wychowania fizycznego lub zajęć fakultatywnych lub zajęć pozalekcyjnych z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej z uwzględnieniem:
  - ćwiczeń ogólnokształcących,
  - reedukacji posturalnej,
  - ćwiczeń rozciągających mięśnie przykurczone,
  - ćwiczeń wzmacniających mięśnie rozciągnięte,
  - ćwiczeń oddechowych.

## **II. PRAWA I OBOWIĄZKI STUDENTA ORAZ WARUNKI ZALICZENIA PRAKTYKI**

**Praktyka z zajęć kompensacyjno-korekcyjnych podlega obowiązkowemu zaliczeniu z wpisem do indeksu.**

Pamiętaj, że w pierwszym dniu jej trwania musisz zgłosić się do dyrektora szkoły w terminie podanym przez opiekuna dydaktycznego z Uczelni.

**Student odbywający praktykę z zajęć kompensacyjno-korekcyjnych w szkole ma prawo do:**

1. Popelniania błędów.
2. Opieki, pomocy i życzliwości ze strony osób nadzorujących praktykę.
3. Zapoznania się ze strukturą organizacyjną szkoły.
4. Zapoznania się z programem i planem pracy dydaktyczno-wychowawczej szkoły.
5. Zapoznania się z realizowanym przez nauczyciela-opiekuna programem i planem pracy z zakresu wychowania fizycznego.
6. Prowadzenia rozmów i wywiadów z dyrektorem szkoły, nauczycielami, uczniami, pedagogiem szkolnym, przedstawicielem służby zdrowia itp.
7. Hospitowania zajęć nauczyciela, u którego realizuje praktykę, oraz zajęć innych nauczycieli, którzy wyrażą na to zgodę.
8. Otrzymania ramowego i szczegółowego programu swojej pracy w szkole najpóźniej w trzecim dniu praktyki.

**Student jest zobowiązany do:**

1. Godnego reprezentowania Uczelni.
2. Wywiązania się ze wszystkich zadań wynikających z praktyki zamieszczonych w Dzienniku.
3. Wykonywania poleceń dyrektora szkoły, nauczyciela akademickiego i nauczyciela szkolnego oraz pełnego uczestniczenia w życiu szkoły.
4. Przestrzegania przepisów BHP.
5. Prowadzenia na bieżąco zapisów w dzienniku praktyki.
6. Noszenia na terenie szkoły odzieży sportowej i obuwia zmiennego.
7. Zrealizowania praktyki w szkole w wyznaczonym przez Akademię terminie, zgodnie z wyznaczonymi limitami godzinowymi dziennymi i tygodniowymi (w tym z wychowania fizycznego i gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej).
8. Współpracy z nauczycielem akademickim i nauczycielem szkolnym poprzez systematyczny monitoring i omawianie bieżących działań dydaktyczno-wychowawczych.
9. Przekazania opiekunowi z Akademii swojego ramowego planu pracy najpóźniej w trzecim dniu praktyki.
10. Zrealizowania programu praktyki zawartego w Dzienniku Praktyki Pedagogicznej.
11. Natychmiastowego informowania pocztą internetową lub drogą telefoniczną nauczyciela akademickiego i nauczyciela szkolnego o swojej nieobecności w szkole (np. z powodu choroby).

**W celu zaliczenia praktyki z gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej student musi:**

1. Odbyć praktykę w wyznaczonym miejscu i terminie.
2. Zrealizować wszystkie zadania wynikające z programu praktyki, na bieżąco weryfikować swoje działania pedagogiczne oraz dokonywać samooceny częściowej.



3. Wypełnić Arkusz Monitoringu Praktyki Pedagogicznej.
4. Uzyskać częściowe pozytywne oceny za swoją pracę i prowadzoną dokumentację u nauczyciela szkolnego.
5. Uzyskać częściowe pozytywne oceny za swoją pracę i prowadzoną dokumentację u nauczyciela akademickiego.
6. Uzyskać podczas ostatniej obserwacji praktyki końcową pozytywną ocenę praktyki, na podstawie wypełnionego dziennika praktyki oraz załączonej wymaganej dokumentacji. W sytuacji wyjątkowej, za zgodą nauczyciela akademickiego, student może złożyć Dziennik Praktyki do oceny końcowej w nieprzekraczalnym terminie 3 dni po zakończeniu praktyki.

**UWAGA:**

Wszystkich studentów realizujących praktykę pedagogiczną obowiązuje pełny *Regulamin organizacji i realizacji praktyk pedagogicznych realizowanych w ramach projektu „Nowa jakość praktyk pedagogicznych”* opublikowany na stronie [www.praktyki.awf.wroc.pl](http://www.praktyki.awf.wroc.pl)

### **III. SPIS PODSTAWOWEGO PIŚMIENNICTWA, Z KTÓREGO WARTO SKORZYSTAĆ W CZASIE PRAKTYKI**

#### **I. Wychowanie fizyczne i zdrowotne**

- BITTNER I., Filozoficzne podstawy refleksji o kulturze fizycznej. „Wychowanie Fizyczne i Sport”, 1997, 1–2.
- DEMEL M., Pedagogika zdrowia. WSiP, Warszawa 1980.
- FROŁOWICZ T., Antynomie wychowania fizycznego. „Kultura Fizyczna”, 1997, 11.
- GRABOWSKI H., Teoria fizycznej edukacji. WSiP, Warszawa 1997.
- LEWANDOWSKI M., W poszukiwaniu sensu szkolnego wychowania fizycznego. [W:] K. Denek, T.M. Zimny (red.), Edukacja jutra. VII Tatrzańskie Seminarium Naukowe. Menos, Częstochowa 2001.
- O wychowaniu fizycznym. Biblioteczka Reformy, MEN, Warszawa 2000, 26.
- ŻUKOWSKI Z., Problematyka promocji zdrowia w naukach o kulturze fizycznej, WFiS, (1997), 1-2.

#### **II. Zajęcia kompensacyjno-korekcyjne**

- BOGDANOWICZ M., KISIEL B., PRZASNYSKA M., Metoda Weroniki Sherborne w terapii i wspomaganii rozwoju dziecka. WSiP, Warszawa 1996.
- KASPERCZYK T., Wady postawy ciała; diagnostyka i leczenie, KASPER 2002.
- KUTZNER-KOZIŃSKA M., Proces korygowania wad postawy. AWF Warszawa 2004
- KUTZNER-KOZIŃSKA M., Korekcja wad postawy. AWF Warszawa 1997.
- LIZIS P., Kształtowanie się wysklepienia łuku podłużnego stopy i problemy korekcji płaskostopia. AWF Kraków 2000.
- MILANOWSKA K, DEGA W., Rehabilitacja medyczna. PZWL 2001.
- NOWOTNY J., Podstawy kliniczne fizjoterapii w dysfunkcjach narządu ruchu. MediPage Warszawa 2006.
- NOWOTNY J., Ćwiczenia korekcyjne w systemie stacyjnym. AWF Katowice 2001.
- NOWOTNY J., Niektóre zaburzenia statyki ciała i ich korekcja. AWF Katowice 1998.
- OWCZAREK S., Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej. Wydawnictwo szkolne i Pedagogiczne 2008.
- OWCZAREK S., Atlas ćwiczeń korekcyjnych. Wydawnictwo szkolne i Pedagogiczne 2004.
- SCHARLL M., Ćwiczenia stóp dla dzieci. Cedrus Publishing House Warszawa 2006
- SHERBORNE W., Ruch rozwijający dla dzieci. PWN, Warszawa 1997.
- TRZCIŃSKA D. Gimnastyka kompensacyjno-korekcyjna w przedszkolu. AWF. Warszawa 2005.
- ZEYLAND-MALAWKA E., Ćwiczenia korekcyjne. Wydawnictwo Uczelniane Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu 2009.

#### **III. Zabawy, gry interakcyjne i ruchowe**

- BONDAROWICZ M., Forma zabawowa w nauczaniu zespołowych gier sportowych, SiT, Warszawa 1983.
- BONDAROWICZ M., OWCZAREK S., Zabawy i gry ruchowe w gimnastyce korekcyjnej, WSiP, Warszawa 1997.
- EKERT A., Dzieci potrzebują ciszy. Zabawy relaksacyjne na wiosnę, lato, jesień i zimę. Jedność, Kielce 1999.
- MIELNICZUK M., STANISZEWSKI T., Stare i nowe gry drużynowe. Telbit, Warszawa 1999.
- NAWARA H., NAWARA U., Gry i zabawy integracyjne. AWF, Wrocław 2001.
- PORTMAN R., Gry i zabawy przeciwko agresji. Jedność, Kielce 1999.
- TRZEŚNIEWSKI R., Gry i zabawy ruchowe. SiT, Warszawa 1987.

- VOHLAND U., Radość zabawy. Zabawy na świeżym powietrzu dla dzieci i młodzieży. Jedność, Kielce 2000.
- VOPEL K.W., Gry i zabawy interakcyjne dla dzieci i młodzieży. Część 1: Kontakty. Postrzeganie. Tożsamość. Jedność, Kielce 1999.
- VOPEL K.W., Gry i zabawy interakcyjne dla dzieci i młodzieży. Część 2: Uczucie. Rodzina i przyjaciele. Jedność, Kielce 1999.
- VOPEL K.W., Gry i zabawy interakcyjne dla dzieci i młodzieży. Część 3: Komunikacja. Ciało. Zaufanie. Jedność, Kielce 1999.
- VOPEL K.W., Gry i zabawy interakcyjne dla dzieci i młodzieży. Część 4: Szkoła. Feedback. Wpływ. Współpraca. Jedność, Kielce 1999.
- VOPEL K.W., Zabawy które łączą. Otwartość i zaufanie w początkowej fazie istnienia grupy. Jedność, Kielce 2001 (tom 1 i 2).
- VOPEL K.W., Umiejętność współpracy w grupach. Zabawy i improwizacje. Jedność, Kielce 2002 (tom 1 i 2)
- WIERTSEMA H., 100 gier ruchowych. Klanza, Lublin 1999.

#### **IV. BHP**

- GANECKI M., Bezpieczeństwo i ochrona środowiska pracy w szkole – przewodnik dla nauczyciela. CIOP, Warszawa 1999.
- JANUSZKIEWICZ A., Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży na wycieczkach szkolnych. WOM, Jelenia Góra 1992.

## IV. RAMOWY I SZCZEGÓŁOWY PLAN PRACY STUDENTA

### Ramowy plan pracy

Dzień pracy	Data, dzień tygodnia	Godziny lekcyjne - klasy							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									

Data .....

Zatwierdzam .....

dyrektor szkoły

**UWAGA:** Plan pracy powinien być zatwierdzony przez dyrektora szkoły najpóźniej w trzecim dniu praktyki. W ramowym i szczegółowym planie pracy należy wpisać klasę (np. IIIA) oraz rodzaj zaplanowanych czynności, uwzględniając następujące oznaczenia:

W – wywiad,  
O – obserwacja,  
H – hospitacja,  
A – asysta,  
P – prowadzenie zajęć.

## Szczegółowy plan pracy

Data, dzień tygodnia	Godziny pracy	Klasa, rodzaj pracy (np.P)	temat lekcji	Podpis nauczyciela

Data, dzień tygodnia	Godziny pracy	Klasa, rodzaj pracy (np. P)	temat lekcji	Podpis nauczyciela

Data, dzień tygodnia	Godziny pracy	Klasa, rodzaj pracy (np. P)	temat lekcji	Podpis nauczyciela

## **V. DOKUMENTACJA PRACY STUDENTA**

### **A) BAZA I PROGRAM ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

1. Baza szkolna do prowadzenia zajęć z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej (liczba sal, przyrządy i przybory).
2. Program zajęć wychowania fizycznego, ze szczególnym uwzględnieniem metod i form realizacji zajęć ruchowych w odniesieniu do wad postawy ciała i kończyn dolnych.
3. Ogólna ocena wad postawy u uczniów szkoły (higienistka, lekarz szkolny).
4. Inne uwagi i spostrzeżenia studenta.



## **B) OCENA METOD REALIZACJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

1. Program wychowania prozdrowotnego realizowanego w szkole (cele i zadania, autor).
2. Uwagi i spostrzeżenia studenta dotyczące integracji programów oraz zasad realizacji ćwiczeń kompensacyjno-korekcyjnych w lekcjach wychowania fizycznego i zdrowotnego na terenie szkoły – współpraca nauczycieli wychowania fizycznego z pozostałą kadrą pedagogiczną szkoły.
3. Inne uwagi i spostrzeżenia studenta.

## C) HOSPITACJE I WYWIADY

Hospitacja zajęć w szkole umożliwi Ci zapoznanie się z reakcjami i zachowaniami młodzieży, metodami i formami pracy nauczycieli podejmowanymi przez nich w trakcie realizacji celów i zadań lekcji. Spostrzeżenia, ocenę oraz uwagi odnośnie do przebiegu lekcji należy wpisać do odpowiedniego protokołu hospitacyjnego (dla lekcji wychowania fizycznego lub protokół dla pozostałych lekcji). Lekcję (zajęcia) możesz hospitować pod kątem ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych jednego lub maksymalnie trzech wybranych przez siebie punktów, na podstawie których dokonasz oceny obserwowanych zjawisk (np. zagadnienie I, punkt 1 i zagadnienie III, punkt 1 lub zagadnienie I, punkt 1 i 3). Unikaj sformułowań niczego niewnoszących do jakościowej oceny obserwowanych zagadnień (np. organizacja była dobra). Opisu-ając prawidłowe, dyskusyjne lub złe, Twoim zdaniem, działania nauczyciela, zawsze uzasadniaj swoją ocenę. Staraj się hospitować zajęcia u kilku nauczycieli, analizując różne zagadnienia i punkty.

Pamiętaj, że wszystkie hospitacje muszą być zapowiedziane i uzgodnione z dyrektorem szkoły oraz nauczycielami, u których będziesz przebywał na zajęciach. Dzień przed lekcją powinienes podać nauczycielowi cel hospitacji i dowiedzieć się, jaki jest temat, cele i zadania zajęć.

## **WYKAZ ZAGADNIENI ZWIĄZANYCH Z HOSPITACJĄ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I ZAJĘĆ RUCHOWYCH**

---

### **I. ORGANIZACJA LEKCJI (ZAJĘĆ)**

#### **1. Wybór miejsca zajęć, przyrządów i przyborów oraz ich wykorzystanie**

Czy miejsce ćwiczeń było właściwie dobrane, jak nauczyciel wykorzystał miejsce, przybory i przyrządy, czy dobrał je właściwie pod kątem zadań i celów lekcji oraz wieku grupy ćwiczebnej, czy przybory i przyrządy wykorzystywał w sposób typowy, czy nietypowy, z jakich przyborów i przyrządów korzystał, jak oceniają uczniowie sposób wykorzystania przyborów (konieczny jest wywiad z uczniami), czy nauczyciel wykonał czynności przygotowawcze przed lekcją, ile razy podejmował je w czasie zajęć, czy angażował do tych czynności uczniów itp.

#### **2. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy**

Podaj wymiary pomieszczenia – czy miejsce ćwiczeń spełniało normy BHP, czy przed salą ćwiczeń był wywieszony regulamin BHP, czy stosowane przybory i przyrządy były właściwie dobrane (waga, wielkość itd.), jaki jest stan przyborów i przyrządów, czy nauczyciel stosował czynności zabezpieczające, czy pozostawiał uczniów bez opieki lub asekuracji, czy uczniowie potrafili się samoasekurować, czy przed zajęciami był sprawdzany stan samopoczucia uczniów, czy była przeprowadzona rozgrzewka i część końcowa lekcji, czy w czasie zajęć wystąpiły sytuacje niebezpieczne dla nauczyciela lub uczniów – co było przyczyną tych zdarzeń, czy uczniowie znali zasady korzystania ze szkolnych obiektów sportowo-rekreacyjnych (wywiad), czy po zajęciach uczniowie myli się i przebierali itp.

#### **3. Podział i rozmieszczenie grup ćwiczebnych**

Czy był stosowany podział celowy, czy przypadkowy, jakie formy porządkowe stosował nauczyciel, jakie formy podziału uczniów występowały w czasie lekcji, jakie formy prowadzenia zajęć stosował nauczyciel, czy podział i rozmieszczenie grup był prawidłowy z punktu widzenia bezpieczeństwa, efektywności i organizacji zajęć itp.

#### **4. Efektywność wykorzystania czasu na lekcji**

Ile czasu przeznaczono na poszczególne części lekcji, ile czasu trwały czynności informacyjne, ile czasu trwały czynności przygotowawcze, ile czasu w ciągu całej lekcji był aktywny ruchowo

wybrany uczeń (należy przeprowadzić obserwację i pomiar), czy lekcja trwała 45 minut, czy kolejność ćwiczeń, zabaw i gier korzystnie wpływała na efektywność lekcji, jakie metody i formy pracy stosował nauczyciel, dążąc do efektywnego wykorzystania czasu lekcji, jaki wpływ na efektywność wykorzystania czasu miał zastosowany przez nauczyciela typ i rodzaj oglądanej lekcji itp.

## **II. REALIZACJA TEMATU I ZADAŃ LEKCJI (ZAJĘĆ)**

### **1. Integracja oraz realizacja celów i zadań lekcji**

Czy zadania lekcji były spójne (zintegrowane) wewnętrznie i zewnętrznie z celami edukacji, czy temat lekcji był sformułowany w sposób zoperacjonalizowany, czy temat lekcji znajdował swoje uzasadnienie w programie nauczania, czy zadania szczegółowe lekcji były znane uczniom i rozumiane przez nich (wywiad z uczniami po lekcji), czy temat i zadania lekcji wynikały z planu pracy nauczyciela, czy postawione zadania i cele zostały zrealizowane w czasie lekcji, czy nauczane umiejętności i przekazywana wiedza łączyły się z innymi treściami edukacyjnymi, czy uczniowie rozumieją sens i cel szkolnego wychowania fizycznego (wywiad lub ankieta) itp.

### **2. Różnorodność i indywidualizacja zadań podczas lekcji**

Czy nauczyciel stosował indywidualizację zadań, czy stawiane zadania miały charakter odtworczy, usamodzielniający, czy twórczy (jakie zadania wystąpiły w czasie lekcji), czy zadania lekcji spełniały zasadę wszechstronności i zmienności pracy, czy zadania były wykonalne i atrakcyjne dla uczniów (obserwacja i wywiad z uczniami), czy i jakie zadania doskonaliły sferę psychomotoryczną, emocjonalną i poznawczą uczniów, czy zadania były odpowiednio dobrane do poszczególnych części lekcji, czy uczniowie znali i rozumeli zadania realizowane w czasie zajęć itp.

### **3. Oddziaływania wychowawcze**

Czy nauczyciel ujawnił swoją intencję wychowawczą (zadanie wychowawcze usamodzielniające), czy w czasie lekcji wystąpiły zadania wychowawcze usamodzielniające ucznia, jak nauczyciel rozwiązywał problemy wychowawcze, w jaki sposób dyscyplinował uczniów, czy stosował „kary i nagrody”, czy stosował jakieś metody wychowawcze, w jaki sposób starał się integrować grupę, jak motywował uczniów do pracy nad sobą i realizacji zadań lekcji, jaki był stosunek uczniów wobec innych przy realizacji trudnych zadań lekcji (zwartość społeczna grupy), czy nauczyciel chwalił uczniów, jak reagował na nieodpowiednie zachowania uczniów, czy nauczyciel zwracał uwagę na estetykę stroju uczniów, czy motywował dzieci do podejmowania aktywności ruchowej w czasie wolnym itp.

### **4. Przebieg krzywej natężenia lekcji**

Jak przebiegały zmiany natężenia tętna u 3 wybranych uczniów o różnym poziomie sprawności (pomiar należy wykonywać co 5 minut przez 10 sekund, przed lekcją należy nauczyć uczniów pomiaru tętna na tętnicy szyjnej, wykreślić krzywe obrazujące przebieg tętna u 3 uczniów przez całą lekcję oraz wartość uśrednioną), czy część wstępna lekcji przygotowywała uczniów do części głównej, czy wystąpiła część końcowa lekcji, czy w części końcowej lekcji wystąpiły ćwiczenia uspokajające – jaki miały charakter, czy przebieg krzywej natężenia lekcji odpowiadał typowi i rodzajowi lekcji itp.

## **III. POSTAWA UCZNIÓW W CZASIE LEKCJI (ZAJĘĆ)**

### **1. Zainteresowanie i aktywność uczniów w czasie lekcji**

Czy zajęcia (lekcja) były interesujące dla uczniów (obserwacja i wywiad), jakie były reakcje uczniów przy zadaniach trudnych, łatwych, atrakcyjnych i nieatrakcyjnych, czy aktywność poznawcza, emocjonalna i psychomotoryczna uczniów w czasie lekcji była związana z ich zainteresowaniem lekcją, czy nauczyciel umiał zainteresować i zaktywizować wszystkich uczniów, co najbardziej interesowało uczniów w czasie zajęć ruchowych, którzy uczniowie i dlaczego wykazywali małą aktywność i niewielkie zainteresowanie lekcją, czy nauczyciel stosował jakieś metody zwiększające zainteresowanie i aktywność uczniów w czasie lekcji itp.

## **2. Reagowanie na komunikaty (bodźce, sygnały)**

Jakie sposoby komunikacji były najlepsze podczas nauczania i dyscyplinowania uczniów oraz w czasie organizowania lekcji, jak uczniowie reagowali na poszczególne rodzaje komunikatów (werbalne, wzrokowe i czuciowe), czy stosowane formy komunikacji wywoływały zamierzone reakcje uczniów, czy nauczyciel różnicował stosowane bodźce – komunikaty, czy stosowane sposoby komunikacji były dostosowane do wieku uczniów itp.

## **3. Panowanie nad emocjami**

Czy uczniowie w czasie zajęć ujawniali swoje emocje (w jaki sposób), jak komunikowali się między sobą w czasie lekcji, w jaki sposób i w jakich sytuacjach ujawniali swoje zadowolenie lub niezadowolenie, jak zwracali się do nauczyciela i rówieśników w sytuacjach konfliktowych, czy byli wobec siebie agresywni (podczas realizacji jakich zadań), czy potrafili być asertywni itp.

## **4. Sprawność fizyczna i ruchowa uczniów**

Czy grupa ćwiczebna była jednorodna pod względem sprawności fizycznej i ruchowej, czy wśród ćwiczących znajdowały się dzieci wyraźnie odbiegające od pozostałych pod względem sprawności (jakie są tego przyczyny), czy zadania lekcji były dostosowane do poziomu sprawności fizycznej i ruchowej najsłabszych uczniów, czy nauczyciel podzielił grupę na zastępy sprawnościowe, czy przy podejmowaniu zadań ruchowych dzieci potrafiły samodzielnie ocenić poziom swojej sprawności, czy zadania lekcji były ukierunkowane na podnoszenie sprawności uczniów, czy uczniowie są zainteresowani podnoszeniem swojej sprawności ruchowej i fizycznej (wywiad) itp.

# **IV. POSTAWA PROWADZĄCEGO**

## **1. Czynności pedagogiczne nauczyciela**

Jakie czynności pedagogiczne podejmował nauczyciel podczas lekcji, z jakich zrezygnował i dlaczego, czy po czynnościach nauczyciela następowały właściwe czynności uczniów, czy zabrakło jakichś czynności, które były, Twoim zdaniem, istotne dla przebiegu zajęć itp.

## **2. Panowanie nad przebiegiem lekcji i zachowaniem uczniów**

Jaki kontakt emocjonalny istnieje między nauczycielem a uczniami (obserwacja i wywiad z nauczycielem i uczniami), jak nauczyciel reagował na zachowania uczniów, jak reagował na jakość wykonywanych przez nich zadań (poprawianie błędów, egzekwowanie poprawnego wykonywania ćwiczeń), jak rozwiązywał problemy wychowawcze, jaki jest stosunek uczniów do nauczyciela (style kierowania grupą), czy prowadzący lekcję panował nad grupą i przebiegiem lekcji itp.

## **3. Umiejętność modyfikacji zadań i celów lekcji**

Czy nauczyciel potrafił modyfikować zadania lekcji (ułatwiał je lub utrudniał), czy dostrzegał konieczność zmian zadań i celów zajęć, czy był przygotowany do szybkiego wprowadzenia alternatywnych rozwiązań, czy przygotował zadania i cele dla uczniów o różnym poziomie sprawności, czy zmieniał zadania, dostrzegając zagrożenia bezpieczeństwa ćwiczących, czy ma bogaty i interesujący zasób ćwiczeń, zabaw i gier, czy zna możliwości ruchowe i fizyczne swoich wychowanków (wywiad) itp.

## **4. Komunikacja dydaktyczna**

W jaki sposób prowadzący ustawiał się do grupy podczas przekazywania komunikatów, czy wyrażał się jasno i zrozumiale, czy nie ma problemów z dykcją, czy potrafi odpowiednio modyfikować komunikaty werbalne, czy w czasie zajęć wykorzystał wszystkie sposoby komunikacji (werbalne, wzrokowe, czuciowe), jaki sposób komunikacji dominował, czy podczas lekcji nauczyciel wypowiadał się pełnymi zdaniami, czy zwracał się do uczniów po imieniu, czy pokaz i instruowanie były zgodne z podstawowymi zasadami komunikacji dydaktycznej itp.

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI  
GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

Zagadnienie ....., punkt .....

Data ..... Klasa ..... Liczba uczniów ..... Prowadzący .....

Temat: .....

Cel i zadania zajęć: .....

.....

.....

.....

<b>Przebieg zajęć</b>	<b>Uwagi i spostrzeżenia</b>
	<p style="text-align: center;"><b>syntetyczna ocena</b></p> <hr/>

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI  
GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

Zagadnienie ....., punkt .....

Data ..... Klasa ..... Liczba uczniów ..... Prowadzący .....

Temat: .....

Cel i zadania zajęć: .....

.....

.....

.....

.....

Przebieg zajęć	Uwagi i spostrzeżenia
	<p style="text-align: center;"><b>syntetyczna ocena</b></p> <hr/>

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI  
GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

Zagadnienie ....., punkt .....

Data ..... Klasa ..... Liczba uczniów ..... Prowadzący .....

Temat: .....

Cel i zadania zajęć: .....

.....

.....

.....

<b>Przebieg zajęć</b>	<b>Uwagi i spostrzeżenia</b>
	<p style="text-align: center;"><b>syntetyczna ocena</b></p> <hr/>

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI  
GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

Zagadnienie ....., punkt .....

Data ..... Klasa ..... Liczba uczniów ..... Prowadzący .....

Temat: .....

Cel i zadania zajęć: .....

.....

.....

.....

Przebieg zajęć	Uwagi i spostrzeżenia
	<p style="text-align: center;"><b>syntetyczna ocena</b></p>



**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI  
GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

Zagadnienie ....., punkt .....

Data ..... Klasa ..... Liczba uczniów ..... Prowadzący .....

Temat: .....

Cel i zadania zajęć: .....

.....

.....

.....

Przebieg zajęć	Uwagi i spostrzeżenia
	<p style="text-align: center;"><b>syntetyczna ocena</b></p> <hr/>

**PROTOKÓŁ HOSPITACJI ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI  
GIMNASTYKI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNEJ**

Zagadnienie ....., punkt .....

Data ..... Klasa ..... Liczba uczniów ..... Prowadzący .....

Temat: .....

Cel i zadania zajęć: .....

.....

.....

.....

Przebieg zajęć	Uwagi i spostrzeżenia
	<p style="text-align: center;"><b>syntetyczna ocena</b></p> <hr/>

#### **D) DIAGNOZA FUNKCJONALNA NARZĄDU RUCHU W WYBRANEJ KLASIE**

Twoim zadaniem jest przygotowanie i przeprowadzenie diagnozy funkcjonalnej narządu ruchu w wybranej klasie I, II lub III. Dobór narzędzi i zakres prowadzonego rozpoznania będzie świadectwem Twoich kompetencji w tym zakresie. Postaraj się, aby metody i techniki zbierania faktów były inne niż te, które wykorzystasz w klasach I–III. Dokładnie określ cel badań, a zebrany materiał poddaj rzetelnej analizie i ocenie. Wyniki i wnioski wpisz do dziennika praktyk, dołączając do niego wszelką dokumentację (wypełnione ankiety, wywiady, pomiary, testy itp.). Badania muszą być anonimowe, nie ujawniaj nazwisk respondentów, oznaczaj ich symbolami (np. X-1, X-2 itd.). Przedstaw swoją diagnozę także wychowawcy klasy i nauczycielowi wychowania fizycznego.

## OCENA POSTAWY CIAŁA I KOŃCZYN DOLNYCH

**CEL:** .....

**METODA:** .....

**Narzędzie badawcze:** .....

**Badana grupa:** .....

**Zbiorczy arkusz wyników:**

**Analiza ilościowa i jakościowa:**

**Wnioski:**

## TESTY FUNKCJONALNE

**CEL:** .....

**METODA:** .....

**Narzędzie badawcze:** .....

**Badana grupa:** .....

**Zbiorczy arkusz wyników:**

**Analiza ilościowa i jakościowa:**

**Wnioski:**

## TEST FUNKCJONALNY (FMS)

**CEL:** .....

**METODA:** .....

**Narzędzie badawcze:** .....

**Badana grupa:** .....

**Zbiorczy arkusz wyników:**



**Analiza ilościowa i jakościowa:**

**Wnioski:**

## E) PROWADZENIE LEKCJI

Przygotowując się do prowadzenia zajęć korzystaj z podanego w dzienniku piśmiennictwa oraz wskazówek nauczyciela. Przemyśl dokładnie cele lekcji, kolejność oraz rodzaj zadań, a następnie wybierz metody i formy organizacji zajęć z uwzględnieniem zmian w postawie ciał i kończyn dolnych. Pamiętaj, że samodzielne prowadzenie lekcji musi być poprzedzone hospitacją oraz asystowaniem w zajęciach wybranej klasy. Hospitacja oraz asysta pomoże Ci poznać uczniów i lepiej przygotować się do samodzielnego przeprowadzenia całej lekcji. Każdą przeprowadzoną lekcję omów dokładnie z nauczycielem. Przemyśl przyczyny sukcesów i ewentualnych niepowodzeń.

*Nauczyciel – nazwa ta oznacza kogoś, kto uczy innych; stale pracuje nad sobą, jako człowiekiem, specjalistą i jako pedagogiem, gdy usiłuje kierować się w swoim życiu ideałami prawdy, dobra i piękna, gdy rozumie i lubi swoich wychowanków, gdy respektuje ich podmiotowość oraz usiłuje jak najlepiej przygotować ich do życia.*

W. Okoń 1995

**ASYSTA/PROWADZENIE – KONSPEKT CZĘŚCI KOŃCOWEJ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI ĆWICZEŃ KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNYCH**

NR ..... DATA .....

Klasa ..... Miejsce ćwiczeń ..... Liczba ćwiczących .....

Cel cyklu: .....

Temat lekcji: .....

Zadania lekcji (podaje N).....

Zadania części końcowej (określa Student).....

Przybory i przyrządy: .....

Tok lekcji (zadania lekcji)		Metoda realizacji zadań ruchowych	Czas, liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjne i metodyczne*
Cel zadania	Treść zadania			

\* Można przedstawić graficznie.

Uwagi nauczyciela o prowadzeniu części wstępnej lekcji i przygotowaniu studenta:

**ASYSTA/PROWADZENIE – KONSPEKT CZĘŚCI KOŃCOWEJ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI ĆWICZEŃ KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNYCH**

NR ..... DATA .....

Klasa ..... Miejsce ćwiczeń ..... Liczba ćwiczących .....

Cel cyklu: .....

Temat lekcji: .....

Zadania lekcji (podaje N).....

.....

Zadania części końcowej (określa Student).....

.....

Przybory i przyrządy: .....

Tok lekcji (zadania lekcji)		Metoda realizacji zadań ruchowych	Czas, liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjne i metodyczne*
Cel zadania	Treść zadania			

\* Można przedstawić graficznie.

Uwagi nauczyciela o prowadzeniu części wstępnej lekcji i przygotowaniu studenta:

**ASYSTA/PROWADZENIE – KONSPEKT CZĘŚCI KOŃCOWEJ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI ĆWICZEŃ  
KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNYCH**

NR ..... DATA .....

Klasa ..... Miejsce ćwiczeń ..... Liczba ćwiczących .....

Cel cyklu: .....

Temat lekcji: .....

Zadania lekcji (podaje N).....

Zadania części końcowej (określa Student).....

Przybory i przyrządy: .....

Tok lekcji (zadania lekcji)		Metoda realizacji zadań ruchowych	Czas, liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjne i metodyczne*
Cel zadania	Treść zadania			

\* Można przedstawić graficznie.

Uwagi nauczyciela o prowadzeniu części wstępnej lekcji i przygotowaniu studenta:

**ASYSTA/PROWADZENIE – KONSPEKT CZĘŚCI KOŃCOWEJ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI ĆWICZEŃ KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNYCH**

NR ..... DATA .....

Klasa ..... Miejsce ćwiczeń ..... Liczba ćwiczących .....

Cel cyklu: .....

Temat lekcji: .....

Zadania lekcji (podaje N).....

.....

Zadania części końcowej (określa Student).....

.....

Przybory i przyrządy: .....

Tok lekcji (zadania lekcji)		Metoda realizacji zadań ruchowych	Czas, liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjne i metodyczne*
Cel zadania	Treść zadania			

\* Można przedstawić graficznie.

Uwagi nauczyciela o prowadzeniu części wstępnej lekcji i przygotowaniu studenta:

**ASYSTA/PROWADZENIE – KONSPEKT CZĘŚCI KOŃCOWEJ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI ĆWICZEŃ  
KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNYCH**

NR ..... DATA .....

Klasa ..... Miejsce ćwiczeń ..... Liczba ćwiczących .....

Cel cyklu: .....

Temat lekcji: .....

Zadania lekcji (podaje N).....

Zadania części końcowej (określa Student).....

Przybory i przyrządy: .....

Tok lekcji (zadania lekcji)		Metoda realizacji zadań ruchowych	Czas, liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjne i metodyczne*
Cel zadania	Treść zadania			

\* Można przedstawić graficznie.

Uwagi nauczyciela o prowadzeniu części wstępnej lekcji i przygotowaniu studenta:

**ASYSTA/PROWADZENIE – KONSPEKT CZĘŚCI KOŃCOWEJ LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z ELEMENTAMI ĆWICZEŃ  
KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNYCH**

NR ..... DATA .....

Klasa ..... Miejsce ćwiczeń ..... Liczba ćwiczących .....

Cel cyklu: .....

Temat lekcji: .....

Zadania lekcji (podaje N).....

.....

Zadania części końcowej (określa Student).....

.....

Przybory i przyrządy: .....

Tok lekcji (zadania lekcji)		Metoda realizacji zadań ruchowych	Czas, liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjne i metodyczne*
Cel zadania	Treść zadania			

\* Można przedstawić graficznie.

Uwagi nauczyciela o prowadzeniu części wstępnej lekcji i przygotowaniu studenta:



**KONSPEKT LEKCJI Z BLOKU „ZDROWIE” OPARTEJ O ĆWICZENIA KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNE NR ..... DATA .....**

Klasa ..... Miejsce ćwiczeń ..... Liczba ćwiczących .....

Temat zajęć: .....

Zadania szczegółowe: .....

.....

.....

.....

Przybory i przyrządy: .....

Cel zadania	Tok zajęć (zadania lekcji)*	Metody realizacji zadań ruchowych	Czas, liczba powtórzeń	Uwagi organizacyjne i metodyczne**
	treść zadania			

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

\* W tej rubryce należy oznaczyć miejsce realizacji zadań szczegółowych zajęć.

\*\* Można przedstawić graficznie.

Podpis oraz uwagi nauczyciela o przygotowaniu i prowadzeniu zajęć ruchowych przez studenta:

## **VI. ZESTAWIENIE LICZBOWE HOSPITACJI I PRZEPROWADZONYCH LEKCJI (ZAJĘĆ) Z ELEMENTACJI KOMPENSACYJNO-KOREKCYJNYMI**

### **HOSPITACJE**

1. Liczba hospitowanych lekcji wychowania fizycznego z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej .....

### **PROWADZENIE LEKCJI (ZAJĘĆ)**

1. Liczba przeprowadzonych części końcowych z z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej .....
2. Liczba samodzielnie przeprowadzonych lekcji wychowania fizycznego z elementami gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej .....

.....  
podpis studenta

.....  
podpis nauczyciela  
wychowania fizycznego

.....  
pieczęć szkoły  
i podpis dyrektora

**VII. UWAGI I OCENA OPIEKUNA DYDAKTYCZNEGO Z UCZELNI**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

OCENA KOŃCOWA: .....

.....  
podpis opiekuna

Wrocław .....