

SPIS TREŚCI

WSTĘP	9
Cz. I. TEORIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO	11
1. Edukacja fizyczna	13
1.1. Pojęcie kultury fizycznej	13
1.2. Kryteria kultury fizycznej	15
1.3. Kultura fizyczna a wychowanie fizyczne	17
1.4. Pedagogika kultury fizycznej a teoria wychowania fizycznego	18
1.5. Miejsce i cele wychowania fizycznego na tle zadań ogólnowychowawczych	20
1.6. Inne komponenty kultury fizycznej	23
1.7. Ewolucja poglądów na wychowanie fizyczne	27
1.8. Cele i funkcje wychowania fizycznego	30
1.9. Aktywność fizyczna i czynniki naturalne w procesie wychowania fizycznego	35
1.9.1. Czynniki wychowania fizycznego	35
1.9.2. Środowisko a wychowanie fizyczne	40
1.9.3. Wykorzystanie terenu i klimatu w wychowaniu fizycznym	43
1.9.4. Ruch jako czynnik wychowania fizycznego	44
1.9.5. Warunki wychowania fizycznego	45
1.9.6. Płeć jako warunek wychowania fizycznego	47
1.9.7. Konstytucja i psychofizyczny stan ustroju jako warunek wychowania fizycznego	49
1.10. Wzory i wartości-cele w kulturze fizycznej	50
1.11. Nowe teorie pedagogiczne a teoria wychowania fizycznego	52
1.11.1. Erich Fromm i radykalny humanizm	52
1.11.2. Perspektywa personalizmu	54
1.11.3. Andrzej Szyszko-Bohusz i pedagogika holistyczna	57
2. Edukacja psychofizyczna	59
2.1. Dobry nauczyciel i wychowawca	59
2.2. Przeciwdziałanie pasywności fizycznej	60

2.3. Wychowanie przez praktyczne studia sztuk walki – autorski program W. J. Cynarskiego	62
2.3.1. Spojrzenie historyczne	62
2.3.2. Współczesna sytuacja w Europie	63
2.4. Wychowanie w systemie Idōkan	65
2.4.1. System edukacyjny idōkan yōshin-ryū budō	67
2.4.2. Ekologiczna filozofia drogi sztuk walki	70
2.4.3. Wychowanie zdrowotne	72
Cz. II. METODYKA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO	79
3. Wychowanie fizyczne według założeń reformy programowej systemu edukacji	80
3.1. Zajęcia fakultatywne w procesie wychowania fizycznego	90
3.2. Edukacja zdrowotna	94
3.3. Autorski program nauczania wychowania fizycznego	96
3.4. Roczny – szczegółowy plan pracy dydaktyczno-wychowawczej ..	112
3.5. Plan pracy szkoły w zakresie kultury fizycznej	124
4. Metody w procesie wychowania fizycznego	129
4.1. Metody odtwórcze realizacji zadań ruchowych	132
4.2. Metody proaktywne (usamodzielniające)	137
4.3. Metody kreatywne (twórcze)	140
4.4. Metody nauczania ruchu	141
4.5. Metody przekazywania wiadomości z kultury fizycznej	143
4.6. Metody zdobywania wiadomości z kultury fizycznej	144
4.7. Metody wychowania	145
4.7.1. Metody wpływu osobistego nauczyciela	145
4.7.2. Metody wpływu sytuacyjnego	146
4.7.3. Metody wpływu społecznego	147
4.7.4. Metody kierowania samowychowaniem	148
5. Formy organizacyjne procesu wychowania fizycznego	151
5.1. Formy podziału uczniów	151
5.2. Formy porządkowe	154
5.3. Formy prowadzenia zajęć	155
6. Zasady nauczania – uczenia się	167
7. Lekcja wychowania fizycznego	171
7.1. Zasady budowy lekcji wychowania fizycznego	174
7.2. Funkcje lekcji wychowania fizycznego	176
7.3. Efekty lekcji wychowania fizycznego (próba typologii)	177
7.4. Rodzaje lekcji wychowania fizycznego	178

8. Tok lekcji wychowania fizycznego	181
8.1. Zadania lekcji wychowania fizycznego w części wstępnej	182
8.2. Zadania lekcji wychowania fizycznego w części głównej	188
8.3. Zadania lekcji wychowania fizycznego w części końcowej	190
8.4. Charakterystyka wybranych toków lekcji wychowania fizycznego	191
8.5. Planowanie lekcji wychowania fizycznego	205
9. Ocena osiągnięć ucznia w szkolnym wychowaniu fizycznym – próba refleksji teoretycznej i praktycznej	243
9.1 Autorski przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego	250
10. Sport szkolny w procesie wychowania fizycznego	255
10.1 Sport szkolny jako źródło uniwersalnych wartości.	255
10.2 Bariery rozwoju sportu szkolnego	257
10.3 Propozycje rozwiązań modelowych	264
10.4. Współczesny system sportu szkolnego.	264
11. Hospitacja w procesie wychowania fizycznego	267
11.1 Cele i zadania hospitacji:	268
11.2 Zasięg hospitacji:	268
11.3 Rodzaje hospitacji:	269
11.4 Narzędzia hospitacji	271
12. Środki dydaktyczne w procesie wychowania fizycznego	275
12.1 Charakterystyka środków dydaktycznych	276
PIŚMIENNICTWO.	279
STRESZCZENIE	287
ABSTRACT	288