

Instytut Nauk Społecznych
Zagadnienia egzaminu licencjackiego na kierunku kultura fizyczna osób starszych
2022/2023

1. Przedstaw rolę nauczyciela WF w kształtowaniu pozytywnej postawy wobec kultury fizycznej.
2. W jakie role pełni nauczyciel WF lub trener pracując z młodzieżą?
3. Wymień główne nurty pedagogiczne XX wieku i porównaj dwa z nich.
4. Opisz ogniwa procesu kształcenia.
5. Opisz jej powstanie KEN, jej pracę oraz wkład we współczesny system oświaty.
6. Zdefiniuj i porównaj podstawowe pojęcia pedagogiczne.
7. Scharakteryzuj rozwój szkolnictwa w XX wieku.
8. Opisz przemiany rodziny w XX wieku i ich wpływ na współczesne relacje rodzinne.
9. Porównaj rodzinę średniowieczno-renesansową i wiktoriańską.
10. Charakterystyka sytuacji w ujęciu Tomaszewskiego. Omów zagadnienie sytuacji trudnych, normalnych i optymalnych.
11. Pojęcie stresu w oparciu o koncepcje Hansa Selyego, Richarda Lazarusa.
12. Strategie radzenia sobie ze stresem na podstawie koncepcji Richarda Lazarusa.
13. Style radzenia sobie ze stresem Endlera i Parkera.
14. Pojęcie emocji – rodzaje, rola emocji, emocje podstawowe wg Paula Ekmana.
15. Charakterystyka potrzeb w ujęciu Abrahama Masłowa. zilustruj zagadnienie odnosząc się do osób w wieku senioralnym.
16. Motywacja - pojęcie motywacji zewnętrznej, wewnętrznej oraz motywacja osiągnięć.
17. Pojęcie temperamentu w ujęciu Iwana Pawłowa.
18. Pojęcie temperamentu w ujęciu Jana Strelaua.
19. Techniki wywierania wpływu opisane przez Roberta Cialdiniego.
20. Stereotypy, uprzedzenia, dyskryminacja – wyjaśnij zagadnienia w odniesieniu do seniorów. Stereotypy dotyczące osób starszych w kontekście aktywności fizycznej.
21. Osobowość w ujęciu Zygmunta Freuda i Hansa Eysencka. Koncepcja Wielkiej Piątki Paula Costy i Roberta McCrae'a.
22. Postawy – komponenty, kształtowanie. Postawy osób starszych względem aktywności fizycznej.
23. Wyjaśnij zagadnienia: wrażenia, spostrzeżenia, wyobrażenia.
24. Uwaga – omów rodzaje, funkcje i cechy uwagi.
25. Pamięć – omów rodzaje pamięci, wyjaśnij na czym polega zapamiętywanie, przechowywanie, odtwarzanie, rozpoznawanie i zapominanie.
26. Wyjaśnij na czym polega warunkowanie klasyczne. Odwołaj się do eksperymentu ilustrującego warunkowanie klasyczne.
27. Wyjaśnij na czym polega warunkowanie instrumentalne. Odwołaj się do eksperymentu ilustrującego warunkowanie instrumentalne.

28. Myślenie – omów poszczególne operacje myślowe.
29. W jakich formach może przejawiać się uczestnictwo w kulturze fizycznej i jakie właściwości osobnicze determinują dostęp do nich?
30. Jakie wartości ciała są obecnie najczęściej motywem aktywności w dziedzinie kultury fizycznej? Scharakteryzuj je.
31. Jakie funkcje – zdaniem Z. Gilewicza - spełnia aktywność fizyczna w poszczególnych okresach życia? Opisz wybraną.
32. Dlaczego wychowanie fizyczne zajmuje kluczowe (a nie szeregowe) miejsce w systemie kultury fizycznej?
33. Wymień i scharakteryzuj cele współczesnej, humanistycznej koncepcji wychowania fizycznego.
34. Wobec jakiego rodzaju deficytów w życiu współczesnego człowieka rekreacja fizyczna spełnia funkcję kompensacyjną?
35. Wymień i scharakteryzuj powody podejmowania aktywności fizycznej z perspektywy historycznej?
36. Czym różni się sport rozumiany autotelicznie od sportu rozumianego instrumentalnie?
37. Jaka powinna być prawidłowa struktura zajęć ruchowych.
38. Proszę omówić na przykładzie seniorów, korzyści i zagrożenia wynikające z aktywności fizycznej lub jej braku.
39. Jaki jest rodowód i znaczenie aktywności człowieka w kulturze fizycznej w świetle jej kryteriów?
40. Proszę omówić zasady ściśle związane z kształtowaniem nawyku ruchowego.
41. Proszę omówić zasady opracowane przez Z. Żukowską w kontekście zajęć ruchowych prowadzonych z osobami starszymi.
42. Które z zasad doboru treści oraz kształcenia i wychowania St. Strzyżewskiego powinny być preferowane w pracy z seniorami i dlaczego?
43. Jakie zasady powinny być uwzględnione w budowie zajęć ruchowych?
44. Na czym polega organizacja zajęć ruchowych w warunkach terenowych w różnych porach roku?
45. Omów motywy podejmowania aktywności fizycznej przez seniorów w kontekście wybranych wartości ciała.