Metodyka pływania - opis przedmiotu

Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu	Metodyka pływania
Kod przedmiotu	WL-MP-POD17
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne i gimnastyka korekcyjna
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	podyplomowe
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2018/2019

Informacje o przedmiocie

Semestr	3
Liczba punktów ECTS do zdobycia	1
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	• dr Tomasz Grzybowski

Formy zajęć

Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Ćwiczenia	-	-	15 (w tym jako e-learning)	1 (w tym jako e-learning)	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie studenta miejscem pływania w ogólnym systemie działalności sportowej i rehabilitacyjnej oraz podstawowymi terminami i pojęciami. Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia zajęć ruchowych w wodzie. Usprawnienie w zakresie sportowej techniki pływania oraz umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie.

Wymagania wstępne

Elementarna umiejętność pływania

Zakres tematyczny

Zagadnienia dotyczące wpływu środowiska wodnego na funkcjonowanie organizmu człowieka (pływalność, pływanie statyczne i dynamiczne). Zasady bezpieczeństwa oraz kompetencje nauczyciela podczas zajęć w wodzie. Lekcja pływania, metody stosowane w nauczaniu pływania. Sportowa technika pływania (st. grzbietowy, kraul, st. klasyczny, st. motylkowy, st. zmienny, starty, nawroty). Podstawowe sposoby pływania wykorzystywane przy korygowaniu wad postawy. Zasady stosowania ćwiczeń pływackich w najczęściej występujących wadach postawy.

Metody kształcenia

Wykład informacyjny, obserwacja, metoda poglądowa, metoda analityczna, metoda syntetyczna, samodzielne opracowanie materiałów metodycznych, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Potrafi ocenić sprawność ucznia, identyfikować błędy i zaniedbania charakterystyczne dla pływania różnymi technikami oraz stosować odpowiednie działania korygujące, wybiera odpowiednie metody i środki dydaktyczne na różnych etapach edukacji.	• K2_W06 • K2_U07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Potrafi zorganizować zajęcia rekreacyjne i zawody sportowe w pływaniu	• K2_U10	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Student rozumie potrzebę dokształcania zawodowego i jest świadomy rozwoju osobistego w ciągu całe życie,	• K2_K01	• dyskusja • obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Jest świadomy zwiększonego ryzyka nieszczęśliwych wypadków na zajęciach organizowanych nad wodą, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom	• K2_K07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Ma pogłębioną i uporządkowaną wiedzę na temat pływania, potrafi objaśniać przepisy pływania, dobierać specjalistyczną terminologię w opisie techniki i metodyki nauczania pływania.	• K2_W09	• dyskusja • kolokwium • obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Student jest świadomy zmian zachodzących w technice, przepisach i metodyce nauczania pływania, jest otwarty na pomoc i współpracę	• K2_K02	• dyskusja • obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości pływania.	• K2_U10 • K2_K05	• przygotowanie projektu	• Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Zaprezentowanie poprawnej techniki pływania stylami sportowymi wraz ze startami. Odbycie hospitacji zajęć ruchowych w wodzie. Uzyskanie pozytywnej oceny za samodzielnie wykonane materiały metodyczne.

Ocena końcowa to średnia arytmetyczna wszystkich form przewidzianych do realizacji przedmiotu. Wyniki średniej arytmetycznej ustala się zgodnie z zasadą: średnia 3,25 stanowi ocenę końcową 3,5; średnia 3,75 stanowi ocenę końcową 4,0; średnia 4,25 stanowi ocenę końcową 4,5; średnia 4,75 stanowi ocenę końcową 5,0.

Literatura podstawowa

1. Bartkowiak E.: Pływanie sportowe. Warszawa 2008.
2. Czabański B., Filon M., Zatoń K., (red.): Elementy teorii pływania. Wrocław 2003.
3. Dybińska E.: Uczenie się i nauczanie pływania Zagadnienia wybrane. Kraków 2009.
4. Karpiński R.: Pływanie. Podstawy, techniki, nauczanie. Katowice 2009.
5. Laughlin T.: Pływanie dla każdego. Zielonka 2007.
6. Ostrowski A.: Zabawy i rekreacja w wodzie. Warszawa 2003.
7. Prawie wszystko o ratownictwie wodnym. ZG WOPR praca zbiorowa. Warszawa 1993.
8. Rakowski M.: Sportowy trening pływacki. Londyn 2010.
9. Wiesner W.: Nauczanie - uczenie się pływania. Podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego. Wrocław 2001.
10. Wiesner W., Skalski D.: Podstawy metodycznej edukacji ratowniczej. Skarszewy – Wrocław 2005.

Literatura uzupełniająca

1. Błasiak P., Chadaj M.: Ratownictwo Wodne - vademecum, Warszawa 1993.
2. Cholewa J. Sterowanie procesem treningowym młodych pływaków. Katowice 2009.
3. Gifford C. Pływanie. Tajniki sportu. Poznań 2010.
4. Laughlin T., Delves J. Kraul metodą Total Immersion. Zielonka 2006.
5. Michałowski M. Pływanie. Historia, zasady, trening. Bielsko-Biała 2010.
6. Montgomery J., Chambers M.: Pływanie. Droga do mistrzostwa. Zielonka 2011.
7. Przybylska A. Pływanie kraulem czyli jak poprawić technikę i przygotować się fizycznie do sezonu. Toruń 2010.

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 30-07-2018 07:26)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ