

Teoria i metodyka pływania - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Teoria i metodyka pływania
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFSP-TMP
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2019/2020

Informacje o przedmiocie	
Semestr	3
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
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
Wykład	5	0,33	4	0,27	Egzamin
Laboratorium	30	2	18	1,2	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Usystematyzowanie przez studenta wiedzy z zakresu metodyki, techniki i przepisów pływania. Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia zajęć ruchowych w wodzie. Usprawnienie w zakresie sportowej techniki pływania st. kraul i st. motylkowym oraz umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie na poziomie Młodszego Ratownika WOPR.

Wymagania wstępne

Znajomość i umiejętność zaprezentowania poprawnej techniki pływania stylem klasycznym wraz ze startem i nawrotem.

Zakres tematyczny

Wykład: Przepisy pływania (st. kraul, st. motylkowy, st. zmienny). Ratownictwo wodne (przepisy dotyczące bezpieczeństwa osób przebywających na obszarach wodnych). Lekcja pływania, metody stosowane w nauczaniu pływania.

Laboratorium: Sportowa technika pływania (st. kraul, st. motylkowy). Metodyka nauczania pływania elementarnego. Ratownictwo wodne (umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie na poziomie Młodszego Ratownika WOPR). Przeprowadzenie zajęć ruchowych w wodzie.

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 osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
student 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	K1_U01 K1_U05	obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Laboratorium
student ma uporządkowaną wiedzę dotyczącą bezpieczeństwa osób przebywających na obszarach wodnych, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom	K1_W08 K1_K07	- obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	- Wykład - Laboratorium
Student potrafi wykorzystać zdrowotne, społeczne i rekreacyjne wartości pływania i innych sportów wodnych. Potrafi współpracować z nauczycielami, pedagogami, specjalistami, rodzicami lub opiekunami uczniów i innymi członkami społeczności szkolnej i lokalnej.	K1_K09 O.1.3.K07.	- dyskusja - obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	- Wykład - Laboratorium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
student potrafi samodzielnie przeprowadzić zajęcia ruchowe w wodzie	• K1_W07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
student potrafi objaśniać przepisy pływania, dobierać specjalistyczną terminologię w opisie techniki i metodyki nauczania pływania	• K1_W06	• test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	• Wykład
student potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu pływania (st. kraul, st. motylkowy) i ratownictwa wodnego	• K1_U07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
potrafi podejmować pracę z uczniami rozbudzającą ich zainteresowania dyscypliną, rozwijając ich uzdolnienia, właściwie dobierać treści nauczania, promować osiągnięcia uczniów	• O.1.2.U07.	• bieżąca kontrola na zajęciach	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykłady z przedmiotu kończą się testem w formie pisemnej zgodnym z podanymi kryteriami - uzyskanie pozytywnej oceny z testu z progami punktowymi, składającego się z pytań zamkniętych i otwartych. Minimum na uzyskanie zaliczenia to 60% punktów.

Laboratorium kończy się zaliczeniem na ocenę. Podstawą zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach, przeprowadzenie zajęć ruchowych w wodzie. Ocenie podlegają:

- zaprezentowanie poprawnej techniki pływania st. kraul i st. motylkowym wraz ze startami i nawrotami oraz uzyskanie limitów czasowych na określonych dystansach – 70%,
- test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego – 15%,
- samodzielne przeprowadzenie zajęć ruchowych w wodzie – 15%.

Przedmiot kończy się egzaminem końcowym w formie pisemnej z treści obejmującej tematykę wykładów i laboratorium. Warunkiem uzyskania pozytywnej oceny jest zaliczenie testu z progami punktowymi minimum 50% punktów. Na ocenę z przedmiotu składa się ocena z egzaminu (25%) i laboratorium (75%).

Literatura podstawowa

1. Bartkowiak E.: Pływanie sportowe. Warszawa 2008
2. Dybińska E., Wójcicki A.: Wskazówki metodyczne do nauczania pływania. AWF w Krakowie. Kraków 2002
3. Karpiński R.: Pływanie. Podstawy techniki, nauczanie. Biurotext. Katowice 2002
4. Wiesner W.: Nauczanie - uczenie się pływania. Podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego. AWF we Wrocławiu. Wrocław 1999
5. Wiesner W.: Pływanie. AWF we Wrocławiu. Wrocław 1996
6. Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Literatura uzupełniająca

1. Dybińska E.: Uczenie się i nauczanie pływania Zagadnienia wybrane. Kraków 2011
2. Jopkiewicz J. K.: Autorski zbiór zadań ruchowych w nauczaniu techniki pływania delfinem. UKW. Bydgoszcz 2005
3. Karpiński R.: Pływanie. Podstawy, techniki, nauczanie. Katowice 2009
4. Kober P. J.: Kraul - ćwiczenia techniczne. Pływaj i trenuj jak zawodowcy. Warszawa 2014
5. Wiesner W., Skalski D.: Podstawy metodycznej edukacji ratowniczej. Skarszewy – Wrocław 2005
6. Laughlin T., Delves J.: Kraul metodą Total Immersion. Zielonka 2006
7. Przybylska A.: Pływanie kraulem czyli jak poprawić technikę i przygotować się fizycznie do sezonu. Toruń 2010
8. www.fina.org – Światowa Federacja Pływacka (FINA)
9. www.polswim.pl – Polski Związek Pływacki (aktualne przepisy pływania)
10. www.wopr.pl – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)
11. www.swim.ee – strona poświęcona technice, analizie wyścigów pływackich
12. www.plywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
13. www.mojeplywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu

Uwagi

Prowadzący zapewnia dostęp do konsultacji na pływalni w godzinach podanych na początku semestru

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 20-03-2020 17:15)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ