

Pływanie - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Pływanie
Kod przedmiotu	16.1-WL-WF-PL
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	drugiego stopnia z tyt. magistra
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2020/2021

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
Liczba punktów ECTS do zdobycia	2
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
Laboratorium	30	2	18	1,2	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Wyszkolenie nauczyciela pływania, który będzie przygotowany do samodzielnego formułowania celów i opracowywania programów nauczania pływania oraz ich realizacji w warunkach szkolnego wychowania fizycznego. Nabycie umiejętności i kompetencji w zakresie przygotowania i przeprowadzenia zawodów pływackich. Usprawnienie w zakresie sportowej techniki pływania oraz umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie na poziomie Ratownika WOPR.

Wymagania wstępne

Znajomość i umiejętność zaprezentowania poprawnej techniki pływania stylami sportowymi.

Zakres tematyczny

Laboratorium: Teoria pływania jako zbiór wiedzy o środowisku wodnym, o technice pływania oraz o metodyce nauczania pływania. Historia i przepisy pływania. Lekcja pływania, metody stosowane w nauczaniu pływania na różnych poziomach edukacji. Sportowa technika pływania. Ratownictwo wodne (umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie na poziomie Ratownika WOPR). Zasady stosowania ćwiczeń pływackich w najczęściej występujących wadach postawy. Zasady przeprowadzania zawodów pływackich. Opracowywanie konspektów lekcyjnych, samodzielne prowadzenie zajęć ruchowych w wodzie i prelekcji na temat bezpieczeństwa nad wodą przez studenta.

Metody kształcenia

Obserwacja, samodzielne opracowanie materiałów metodycznych, zajęcia praktyczne, symulacja, praca w grupach.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
student ma pogłębioną i uporządkowaną wiedzę dotyczącą bezpieczeństwa osób przebywających na obszarach wodnych, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom	K2_K07	- obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	Laboratorium
student ma pogłębioną i uporządkowaną wiedzę na temat pływania i innych sportów wodnych	K2_W09 K2_W10	test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	Laboratorium
student potrafi sformułować program nauczania pływania odpowiadający potrzebom edukacyjnym, zdrowotnym i sprawnościowym jednostek i grup	K2_U05	- obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta - przygotowanie projektu	Laboratorium
student potrafi zorganizować zajęcia rekreacyjne i zawody sportowe w pływaniu	K2_U10 O.1.3.K07	przygotowanie projektu grupowego	Laboratorium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
student jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości pływania; potrafi podejmować pracę z uczniami rozbudzając ich zainteresowania, uzdolnienia oraz promować ich osiągnięcia	• O_1.2.U07_ • K2_K02	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
student potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu pływania (st. zmienny) i ratownictwa wodnego	• K2_U11	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Laboratorium: ocenie podlegają: test z progami punktowymi, składający się z pytań zamkniętych i otwartych (minimum na uzyskanie zaliczenia to 60% punktów) – 10%, zaprezentowanie poprawnej techniki pływania st. zmiennym wraz ze startem i nawrotami oraz uzyskanie limitów czasowych na dystansie 100 metrów – 50%, test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego – 10%, samodzielne przeprowadzenie zajęć ruchowych w wodzie – 20%, wykonanie grupowego projektu (przygotowanie, realizacji i dokumentacja z przeprowadzonych zawodów) – 10%.

Literatura podstawowa

1. Bartkowiak E. Pływanie. Program szkolenia dzieci i młodzieży. COS. Warszawa 1997
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. Ostrowski A. Zabawy i rekreacja w wodzie. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne. Warszawa 2003
5. Pietruski K. Wochna K. Nauczanie pływania dzieci w młodszym wieku szkolnym. AWF w Poznaniu. Poznań 2016
6. Wiesner W. Nauczanie - uczenie się pływania. Podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego. AWF we Wrocławiu. Wrocław 1999
7. Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Literatura uzupełniająca

1. Bartkowiak E. Pływanie sportowe. Warszawa 2008
2. Dybińska E. Uczenie się i nauczanie pływania Zagadnienia wybrane. Kraków 2011
3. Karpiński R. Pływanie. Podstawy, techniki, nauczanie. Katowice 2009
4. Owczarek S. Korekcja wad postawy. Pływanie i ćwiczenia w wodzie. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne. Warszawa 1995
5. www.fina.org – Światowa Federacja Pływacka (FINA)
6. www.polswim.pl – Polski Związek Pływacki (aktualne przepisy pływania)
7. www.wopr.pl – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)
8. www.swim.ee – strona poświęcona technice, analizie wyścigów pływackich
9. www.plywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
10. 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: 30-04-2020 16:56)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ