

Przedmiot do wyboru - Pływanie korekcyjne - course description

General information	
Course name	Przedmiot do wyboru - Pływanie korekcyjne
Course ID	12.6-WL-FIZJO-PDWPK
Faculty	Faculty of Medicine and Health Sciences
Field of study	Fizjoterapia
Education profile	practical
Level of studies	Long-cycle studies leading to MS degree
Beginning semester	winter term 2022/2023

Course information	
Semester	7
ECTS credits to win	2
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	dr Tomasz Grzybowski

Classes forms					
The class form	Hours per semester (full-time)	Hours per week (full-time)	Hours per semester (part-time)	Hours per week (part-time)	Form of assignment
Laboratory	30	2	-	-	Credit with grade

Aim of the course

Zapoznanie studenta miejscem pływania w ogólnym systemie działalności rehabilitacyjnej oraz podstawowymi terminami i pojęciami. Przygotowanie studenta do planowania oraz prowadzenia zajęć kształtujących zdolności funkcjonalne organizmu z wykorzystaniem środowiska wodnego w zapobieganiu chorobom układu ruchu i układu krążenia oraz przy korygowaniu wad postawy

Prerequisites

Umiejętność pływania na poziomie wymaganym do zdania egzaminu na „Kartę pływacką”

Scope

Zagadnienia dotyczące wpływu środowiska wodnego na funkcjonowanie organizmu człowieka. Podstawowe sposoby pływania wykorzystywane przy korygowaniu wad postawy. Zasady stosowania ćwiczeń pływackich w najczęściej występujących wadach postawy (ćwiczenia rozluźniające poszczególne grupy mięśniowe, ćwiczenia wzmacniające właściwe grupy mięśniowe, ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia elongacyjne). Indywidualne ćwiczenia podczas pływania wskazane w różnych grupach dyspanseryjnych

Teaching methods

Wykład informacyjny, obserwacja, metoda pogładowa, metoda analityczna, metoda syntetyczna, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach.

Learning outcomes and methods of theirs verification

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
wykazać umiejętności ruchowe z zakresu wybranych form aktywności fizycznej (rekreacyjnych i zdrowotnych)	B.U9	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
dobrać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego	C.U6	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń	C.U7	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory
poinstruować osoby ze specjalnymi potrzebami, w tym osoby z niepełnosprawnościami, w zakresie różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji terapeutycznej	C.U13	an observation and evaluation of the student's practical skills	Laboratory

Assignment conditions

Podstawą zaliczenia jest:

- systematyczne i aktywne uczestnictwo w zajęciach (dopuszcza się jedną nieobecność na zajęciach w semestrze):
 - student ma możliwość odrobienia nieobecności w terminie dwóch tygodni od jej zaistnienia, uczestnicząc w zajęciach pływania po uzyskaniu zgody prowadzącego (w ciągu jednego dnia można uczestniczyć tylko w jednych zajęciach (90 min.)
 - odrabianie zajęć nie jest możliwe w dwóch ostatnich tygodniach semestru.

2. pozytywne oceny z prób sprawnościowych:

- zaprezentowanie poprawnej techniki pływania w ćwiczeniach rozluźniających i rozciągających na dystansie 50 m. – 50%,
- zaprezentowanie poprawnej techniki pływania w ćwiczeniach elongacyjnych na dystansie 50 m. – 50%.

Recommended reading

1. Kołodziej J.: Pływanie korekcyjne. AWF Kraków 1989.
2. Owczarek S.: Atlas ćwiczeń korekcyjnych. Warszawa 1998.
3. Owczarek S: Korekcja wad postawy -pływanie i ćwiczenia w wodzie. Warszawa 1999.
4. Wiesner W.: Nauczanie - uczenie się pływania. Podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego, Wrocław 2001.

Further reading

1. Magazines and e-books available at the University Library, digital databases - medical sciences and health sciences <http://www.bu.uz.zgora.pl/>
2. Materiały dydaktyczne na stronie SWFiS UZ <http://ksztalcenie.uz.zgora.pl/html/swfs.php>

Notes

Modified by dr hab. n. med. Magdalena Gibas-Dorna, prof. UZ (last modification: 17-12-2021 09:17)

Generated automatically from SylabUZ computer system