

Pływanie - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Pływanie
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFSP-P
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2022/2023

Informacje o przedmiocie	
Semestr	5
Liczba punktów ECTS do zdobycia	4
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	15	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę
Laboratorium	45	3	27	1,8	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia zajęć nauczania i doskonalenia pływania – dzieci, młodzieży i osób dorosłych poprzez:

- opanowanie podstawowych umiejętności pedagogicznych niezbędnych do prowadzenia zajęć nauczania i doskonalenia pływania,
- poznanie regulaminów, przepisów i zasad bezpieczeństwa prowadzenia zajęć,
- opanowanie współczesnej wiedzy o technikach pływania, metodyce nauczania, a także podstawowych zagadnień treningu sportowego – rekreacyjnego,
- poznanie przepisów FINA – PZP,
- zdobycie podstawowych umiejętności w zakresie organizacji imprez pływackich, pracy z grupami sportowymi, pływania rekreacyjnego oraz pływania osób niepełnosprawnych.

Wymagania wstępne

zaliczony I semestr specjalizacji instruktorskiej z pływania

Zakres tematyczny

Wykład:

1. Technika pływania (poznanie analiza i umiejętność korekty błędów w technikach pływania; technika skoku startowego i startu do pływania na grzbiecie; technika wykonywania nawrotów stosowana w pływaniu sportowym)
2. Metodyka nauczania pływania (ewolucja metod nauczania pływania; szybkość uczenia się pływania jako przejaw uzdolnień ruchowych człowieka, inne czynniki decydujące o skuteczności uczenia się i nauczania pływania, pokaz ruchu na lądzie, wybór pierwszego sposobu pływania; metodyka nauczania pływania niemowląt i dzieci w wieku przedszkolnym; rola i dobór gier i zabaw w procesie nauczania pływania; zapoznanie kursanta z programami nauczania pływania (ogólnopolski program nauczania pływania PZP, Mały Mistrz MSiT, 20, 30 lekcji nauki pływania E. Bartkowiaka, 60 lekcji pływania I. Barany); pływanie osób dorosłych, metody nauczania i doskonalenia pływania osób dorosłych; kontrola i ocena procesu nauczania; dokumentacja instruktora pływania.

Laboratorium:

1. Wstępny etap nauczania pływania - ćwiczenia osławające z wodą, ćwiczenia wypornościowe, leżenia i poślizgi, wślizgi z siadu, ćwiczenia oddechowe; gry i zabawy stosowane w nauczaniu pływania - umiejętność doboru gier i zabaw w procesie nauczania i doskonalenia pływania.
2. Metodyka i systematyka ćwiczeń stosowanych w nauczaniu startu do grzbietu, w nauczaniu skoku startowego i w nauczaniu nawrotów stosowanych w sportowych sposobach pływania.
3. Pomoce dydaktyczne, przybory, urządzenia stosowane w procesie nauczania pływania.
4. Hospitacje zajęć nauki pływania niemowląt, dzieci i młodzieży, zajęć z dorosłymi i osobami niepełnosprawnymi.

Metody kształcenia

audytoryjna, panel dyskusyjny, metody projektowe, zajęcia praktyczne

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
student zna teorię zabaw i gier ruchowych oraz metodykę ich nauczania, rozumie znaczenie zabaw ruchowych w procesie społecznego, psychicznego i fizycznego rozwoju człowieka	• O.1.1.W15.	• test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	• Wykład
student swoją postawą inspirować i doradzać uczestnikom zajęć rekreacji ruchowej do podejmowania samodzielnej aktywności fizycznej w różnych okresach życia	• K1_K06 • K1_K08	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
student nawiązuje relacje społeczne z jednostkami i grupami w sposób prawidłowy posługując się skutecznie dostępnymi kanałami komunikacji, potrafi efektywnie działać w sytuacjach trudnych i rozwiązywać konflikty	• K1_K04	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
student umie prawidłowo stosować metodykę nauczania zabaw i gier ruchowych oraz prawidłowo dobrać zabawy i gry ruchowe w zależności od warunków, celu, wieku i możliwości uczestnika	• K1_U05	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
student potrafi formułować podstawowe cele edukacyjne oraz projektować i oceniać proste programy dydaktyczno-wychowawcze, potrafi projektować, realizować i dokumentować pracę dydaktyczną i wychowawczą w kontekście rozwijania kompetencji kluczowych wychowanka	• K1_U06	• praca kontrolna	• Laboratorium
student zna podstawowe zasady projektowania procesu kształcenia i wychowania w kontekście rozwijania kompetencji kluczowych wychowanka i jego bezpieczeństwa, rozumie znaczenie doboru strategii, form, środków i metod kształcenia oraz warunków w realizacji zadań i celów wychowania fizycznego	• K1_W07	• praca kontrolna	• Wykład
student odrzuca zachowania niebezpieczne dla życia i zdrowia, przyjmując rolę promotora zachowań rekreacyjnych i zdrowotnych w środowisku lokalnym	• K1_K06 • K1_K08	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Laboratorium
student potrafi wykorzystać proste techniki motywacyjne wspierające w pracy z dziećmi i młodzieżą, dorosłymi oraz ocenić i zinterpretować ich zachowania, umie stosować środki ekspresji werbalnej i cielesnej w pracy dydaktyczno- wychowawczej, prawidłowo, artykułuje i akcentuje wypowiedź, potrafi posługiwać się mową ciała, wykorzystuje podstawowe zasady komunikacji dydaktycznej	• K1_U03	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
zna podstawowe testy do oceny podstawowych komponentów aktywności i sprawności fizycznej	• K1_W12	• test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	• Wykład
zna elementarną terminologię używaną w wychowaniu fizycznym i rozumie jej źródła oraz zastosowania w obrębie dyscyplin pokrewnych (sport, rekreacja ruchowa, wychowanie zdrowotne)	• K1_W07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
potrafi prawidłowo wykorzystać testy do oceny podstawowych komponentów sprawności fizycznej dzieci i młodzieży	• K1_U12	• praca kontrolna	• Laboratorium
umie zastosować praktycznie wiedzę biomechaniczną do bezpiecznego uprawiania aktywności fizycznej	• K1_U01	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
umie przewidywać zagrożenia dla życia i zdrowia, właściwie zachować się w miejscu nieszczęśliwych wypadków oraz udzielić pomocy przedmedycznej osobom poszkodowanym	• O.1.2.U17.	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
potrafi zorganizować, zawody sportowe, festyn zabaw i gier ruchowych na pływalni oraz wodach otwartych	• K1_U09	• przygotowanie projektu	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykład: kończy się testem w formie pisemnej zgodnym z podanymi kryteriami (test z progami punktowymi składający 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. Ocenie podlegają:

- sprawdzian praktyczny – ocena techniki i czasu pływania czterema sportowymi technikami pływackimi (50m.) wraz ze startami i nawrotami – 60%
- test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego na poziomie Ratownika WOPR – 20%,
- opracowane przez studenta materiały metodyczne (konspekty, arkusze statystyczne, protokoły) – 20%.

Na ocenę z przedmiotu składa się ocena z wykładów (25%) i laboratoriów (75%). Warunkiem zaliczenia przedmiotu są pozytywne oceny z wykładu i laboratorium.

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. Matynia J., Rostkowska E.: Zabawy i gry ruchowe w nauczaniu pływania. Poznań 1989
2. Wiesner W.: Pływaj razem z nami. Wrocław 1997
3. Wiesner W.: Nauczanie – uczenie się pływać. Wrocław 1999
4. Wojciechowska-Maszkowska B., Urantówka J., Wieloch M.: Nauka pływania – Atlas ćwiczeń. Opole 2009

Literatura uzupełniająca

1. Barany I.: 60 lekcji pływania dla dzieci. Warszawa 1970
2. Bartkowiak E.: 20 lekcji pływania. Warszawa 1974
3. Białecki R.: Wykorzystanie skoków do wody w nauczaniu pływania. Gdańsk 1996
4. Krawczyk Z., Czekalska J.: 10-lekcyjny kurs nauki pływania dzieci w wieku 1–3 lat. Warszawa 1995
5. Wiesner W.: Naucz pływać swoje dziecko. Wrocław 1992

Uwagi

Program specjalizacji w treściach jak i ich wymiarach godzinowych został opracowany na podstawie „Programu kształcenia na stopień licencjonowanego instruktora sportu w pływaniu Polskiego Związku Pływackiego”.

Zmodyfikowane przez dr Tomasz Grzybowski (ostatnia modyfikacja: 28-04-2022 23:56)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ