

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	6
Liczba punktów ECTS do zdobycia	4
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	• dr Tomasz Grzybowski • mgr Maciej Bardelas

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	Egzamin
Laboratorium	30	2	18	1,2	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 II semestr specjalizacji instruktorskiej z pływania

Zakres tematyczny

Wykłady

1. Technika pływania,
 - poznanie analiza i umiejętność korekty błędów w technikach pływania;
 - pływanie sportowe osób niepełnosprawnych, organizacje, przepisy;
 - metody obserwacji i analiza skuteczności techniki podczas wyścigu pływackiego.
1. Metodyka nauczania pływania,
 - kontrola i ocena procesu nauczania;
1. Problematyka treningu pływackiego
 - ogólna charakterystyka treningu pływackiego ,cele i zadania;
 - motoryczność człowieka w ontogenezie a technika pływania;
 - struktura i treść treningu pływackiego ze szczególnym uwzględnieniem etapów treningu wszechstronnego i ukierunkowanego;
 - formy środki i metody stosowane w treningu pływackim;
 - klasyfikacja wysiłku pływaka.

Ćwiczenia

1. Pomoce dydaktyczne, przybory, urządzenia stosowane w procesie nauczania pływania.
2. Wybrane ćwiczenia w wodzie z dyscyplin piłki wodna, pływanie synchroniczne, aqua fitness w nauczaniu i doskonaleniu pływania oraz przydatności w pracy dydaktycznej instruktora pływania.

Praktyki

- 1. Hospitacje zajęć nauki pływania niemowląt, dzieci i młodzieży, zajęć z dorosłymi i osobami niepełnosprawnymi.
- 2. Samodzielne prowadzenie lekcji nauki i doskonalenia pływania, zajęć rekreacyjnych uzgodnionych z wykładowcą.

Metody kształcenia

audytoryjna, panel dyskusyjny, metody projektowe, zajęcia praktyczne

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania 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	K1_W03	test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	Wykład
student potrafi wykorzystywać podstawową wiedzę teoretyczną z zakresu sportu oraz powiązanych z nią dyscyplin w celu analizy i oceny efektów i problemów edukacyjnych (kształcenie i wychowanie fizyczne), a także diagnozowania i projektowania działań praktycznych	K1_U05	obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Laboratorium
student zna i rozumie znaczenie wpływu czynników środowiskowych i społeczno-ekonomicznych jako modyfikatorów aktywności fizycznej i rozwoju fizycznego we wszystkich etapach ontogenezy, rozumie znaczenie etapów rozwoju motorycznego w ontogenezie w procesie uczenia się i nauczania czynności ruchowych	K1_W06	test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	Wykład
student swoją postawą inspirowuje i doradza 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 realizując zadania indywidualnie i w zespołach uwzględnia obowiązujące akty prawne i jest odpowiedzialny za bezpieczeństwo i zdrowie uczestników zajęć, jest świadomy odpowiedzialności za bezpieczeństwo swoje i uczestników	K1_K07	obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	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 samodzielnie i w zespołach angażuje się w realizację stawianych przed nim celów i zadań, projektuje i wykonuje działania edukacyjne w różnych środowiskach społecznych, jest przygotowany do pełnienia roli animatora czasu wolnego, a także współtworzenia programów edukacyjnych o charakterze wolno czasowym (rekreacyjno-zdrowotnym)	K1_K05	przygotowanie projektu grupowego	Laboratorium
student zna i rozumie podstawowe koncepcje i modele zdrowia oraz rozumie cele, zadania i funkcje edukacji zdrowotnej w profilaktyce społecznej	K1_W10	test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	Wykład
student odrzuca zachowania nieetyczne w działalności zawodowej i osobistej oraz opiera swoje działania o obowiązujące uregulowania prawne	- K1_K04 - K1_K06	obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	Laboratorium
student angażuje się w pracę grup i zespołów działających na rzecz osób niepełnosprawnych, prezentuje postawę aprobującą wobec osób z indywidualnymi potrzebami i możliwościami	- K1_K03 - K1_K04	przygotowanie projektu grupowego	Laboratorium
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

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
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
student potrafi prawidłowo dobrać strategie, formy, środki i metody kształcenia oraz wykorzystać warunki i środki do realizacji zadań i celów nauczania pływania	• K1_U05 • K1_U12	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
student rozwija własne upodobania sportowe, uczestniczy w życiu sportowym korzystając z różnych jego form przyczyniając się do wprowadzania jednostek i grup środowiskowych w kulturę sportu, prezentuje postawę ku zdrowiu, samodzielnie podejmuje działania związane z autoedukacją i doksztalcaniem się	• K1_K01 • K1_K09	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykłady z przedmiotu kończą się egzaminem pisemnym lub ustnym obejmującym program przedmiotu.

Laboratorium kończy się zaliczeniem na ocenę. Podstawą zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach. Ocenie podlegają:

- sprawdzian praktyczny – ocena techniki i czasu pływania na dystansie 100 m. st. zmiennym – 50%
- test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego na poziomie Ratownika Wodnego MSWiA – 10%,
- pozytywna ocena z prowadzenia zajęć z zakresu nauczania i doskonalenia pływania – 20%,
- praca teoretyczna na zadany temat – 20%.

Na ocenę z przedmiotu składa się ocena z wykładów (50%) i ćwiczenia (50%). Warunkiem zaliczenia przedmiotu są pozytywne oceny z wykładu i ćwiczeń.

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.: Optymalizacja uczenia się i nauczania sportowych czynności sportowych. Wrocław 1986
3. Szwarc Z.: Pływanie osób dorosłych jako proces nabywania umiejętności. [w.]: Osiński W., Muszkieta R. (red.): Wychowanie fizyczne i sport w badaniach naukowych. Poznań 2000
4. Waade B. (red.): Pływanie i ratownictwo wodne. Gdańsk 2003

Literatura uzupełniająca

1. Czekalska J.: Pływanie synchroniczne (wybrane elementy nauczania). Materiały Przeglądowej Konferencji Młodych Pracowników Naukowych. Warszawa 1985
2. www.polswim.pl – Polski Związek Pływacki (aktualne przepisy pływania)
3. www.wopr.pl – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)
4. www.swim.ee – strona poświęcona technice, analizie wyścigów pływackich
5. www.plywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
6. www.mojeplywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
7. www.swim.info.pl – pływanie osób niepełnosprawnych

Uwagi

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

Zmodyfikowane przez dr Grażyna Biczysko (ostatnia modyfikacja: 04-05-2022 11:56)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ