

Teoria i metodyka pływania 1 - course description

General information	
Course name	Teoria i metodyka pływania 1
Course ID	16.1-WP-WFP-Pływ1-L_pNadGenSNGE2
Faculty	Faculty of Medicine and Health Sciences
Field of study	Physical Education
Education profile	practical
Level of studies	First-cycle studies leading to Bachelor's degree
Beginning semester	winter term 2016/2017

Course information	
Semester	2
ECTS credits to win	3
Course type	obligatory
Teaching language	polish
Author of syllabus	

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	18	1,2	Credit with grade
Lecture	10	0,67	5	0,33	Credit with grade

Aim of the course

Zapoznanie studenta z historią i miejscem pływania w ogólnym systemie działalności sportowej oraz podstawowymi terminami i pojęciami. Usystematyzowanie przez studenta wiedzy z zakresu metodyki, techniki i przepisów pływania. Nabycie umiejętności i kompetencji w zakresie przygotowania i przeprowadzenia zawodów pływackich. Usprawnienie w zakresie sportowej techniki pływania st. grzbietowym i st. klasycznym oraz umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie.

Prerequisites

Znajomość i umiejętność zaprezentowania poprawnej techniki pływania jednym stylem sportowym.

Scope

Wykład

1. Historia i przepisy pływania (st. grzbietowy, st. klasyczny).
2. Zagadnienia dotyczące wpływu środowiska wodnego na funkcjonowanie organizmu człowieka (pływalność, pływanie statyczne i dynamiczne).
3. Zasady przeprowadzania zawodów pływackich.
4. Zasady bezpieczeństwa oraz kompetencje nauczyciela podczas zajęć w wodzie.

Laboratorium

1. Sportowa technika pływania (st. grzbietowy, st. klasyczny).
2. Ratownictwo wodne (użytkowe sposoby pływania, elementarne sposoby reagowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia w wodzie).
3. Hospitacje zajęć ruchowych w wodzie.
4. Organizacja zawodów pływackich.

Teaching methods

Wykład informacyjny, obserwacja, metoda poglądowa, 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
student ma pogłębioną i uporządkowaną wiedzę na temat pływania, potrafi objaśniać przepisy pływania, dobierać specjalistyczną terminologię w opisie techniki i metodyki nauczania pływania	• K1_W03 • K1_W04 • K1_W06 • K1_W07	• a multiple choice and open questions test	• Lecture
student potrafi scharakteryzować relacje między środowiskiem wodnym a ciałem człowieka	• K1_W01 • K1_W05	• a multiple choice and open questions test	• Lecture
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_W07 • K1_U05	• an observation and evaluation of the student's practical skills	• Laboratory

Outcome description	Outcome symbols	Methods of verification	The class form
student potrafi zorganizować zajęcia rekreacyjne i zawody sportowe w pływaniu	• K1_W09 • K1_U09 • K1_K04	• przygotowanie projektu grupowego	• Laboratory
student potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu pływania (st. grzbietowy, st. klasyczny) i ratownictwa wodnego	• K1_W08 • K1_U07 • K1_K09	• an observation and evaluation of the student's practical skills	• Laboratory
student rozumie potrzebę doksztalcania zawodowego i jest świadomy rozwoju osobistego w ciągu całego życia	• K1_W09 • K1_K01	• an observation and evaluation of activities during the classes	• Lecture • Laboratory
student jest świadomy zmian zachodzących w technice, przepisach i metodyce nauczania pływania, jest otwarty na pomoc i współpracę	• K1_W06 • K1_U04 • K1_K01 • K1_K02	• an observation and evaluation of activities during the classes	• Laboratory
student jest świadomy zwiększonego ryzyka nieszczęśliwych wypadków na zajęciach organizowanych nad wodą, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom	• K1_W08 • K1_U05 • K1_U08 • K1_K07	• a multiple choice and open questions test • an observation and evaluation of the student's practical skills	• Lecture • Laboratory
student jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości pływania	• K1_W06 • K1_W09 • K1_U10	• an observation and evaluation of the student's practical skills	• Laboratory

Assignment conditions

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, hospitacja zajęć ruchowych w wodzie. Ocenie podlegają:

- zaprezentowanie poprawnej techniki pływania st. grzbietowym i st. klasycznym wraz ze startami i nawrotami oraz uzyskanie limitów czasowych na określonych dystansach – 80%,
- test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego – 10%,
- wykonanie grupowego projektu (przygotowanie, realizacji i dokumentacja z przeprowadzonych zawodów) – 10%.

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

Recommended reading

1. Bartkowiak E.: Pływanie sportowe. Warszawa 2008.
2. Czabański B., Filon M., Zatoń K. (red.): Elementy teorii pływania. Wrocław 2003.
3. Dybińska E.: Uczenie się i nauczanie pływania Zagadnienia wybrane. Kraków 2011.
4. Karpiński R.: Pływanie. Podstawy, techniki, nauczanie. Katowice 2009.
5. Laughlin T.: Pływanie dla każdego. Zielonka 2007.
6. Ostrowski A.: Zabawy i rekreacja w wodzie. Warszawa 2003.
7. Prawie wszystko o ratownictwie wodnym. ZG WOPR praca zbiorowa. Warszawa 1993.
8. Rakowski M.: Sportowy trening pływacki. Londyn 2010.
9. Tuliszka M.: 75-lecie Polskiego Związku Pływackiego 1922-1997. Warszawa-Koszalin 1997.
10. Wiesner W.: Nauczanie - uczenie się pływania. Podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego. Wrocław 2001.
11. Wiesner W., Skalski D.: Podstawy metodycznej edukacji ratowniczej. Skarszewy – Wrocław 2005.

Further reading

1. Błasiak P., Chadał M.: Ratownictwo Wodne - vademecum, Warszawa 1993.
2. Bojarowski R.: Kąpiemy się bezpiecznie, ratujemy skutecznie. Włocławek 2009.
3. Cholewa J.: Sterowanie procesem treningowym młodych pływaków. Katowice 2009.
4. Gifford C.: Pływanie. Tajniki sportu. Poznań 2010.
5. Kołodziej R., Tabaczek-Bejster I., Dudziak A.: Ratownictwo wodne. Wybrane zagadnienia. Rzeszów 2012.
6. Laughlin T., Delves J.: Kraul metodą Total Immersion. Zielonka 2006.
7. Michałowski M.: Pływanie. Historia, zasady, trening. Bielsko-Biała 2010.
8. Michniewicz I., Michniewicz R.: Ratownictwo wodne. Podstawy edukacji studentów. Kalisz 2013.
9. Montgomery J., Chambers M.: Pływanie. Droga do mistrzostwa. Zielonka 2011.
10. Newell N., Cross D., Cowcher P., Bernabei T.: Pływanie. Profesjonalnie o sporcie. Warszawa 2011.
11. Przybylska A.: Pływanie kraulem czyli jak poprawić technikę i przygotować się fizycznie do sezonu. Toruń 2010.
12. Skalski D.: Ratownik WOPR nauczycielem pływania, Skarszewy 2004.
13. Skalski D., Wademekum ratownika wodnego. Skarszewy 2011.

Notes

Modified by dr Tomasz Grzybowski (last modification: 31-08-2016 23:18)

Generated automatically from SylabUZ computer system