

Pływanie - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Pływanie
Kod przedmiotu	16.1-WL-P-WFiGKK-P
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne i gimnastyka korekcyjna
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	podyplomowe
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2016/2017
Jednostka obsługująca przedmiot	Katedra Sportu i Promocji Zdrowia

Informacje o przedmiocie	
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
Ćwiczenia	-	-	15 (w tym jako e-learning)	1 (w tym jako e-learning)	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie studenta miejscem pływania w ogólnym systemie działalności sportowej i rehabilitacyjnej oraz podstawowymi terminami i pojęciami. Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia zajęć ruchowych w wodzie. Usprawnienie w zakresie sportowej techniki pływania oraz umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie.

Wymagania wstępne

Elementarna umiejętność pływania

Zakres tematyczny

Zagadnienia dotyczące wpływu środowiska wodnego na funkcjonowanie organizmu człowieka (pływalność, pływanie statyczne i dynamiczne). Zasady bezpieczeństwa oraz kompetencje nauczyciela podczas zajęć w wodzie. Lekcja pływania, metody stosowane w nauczaniu pływania. Sportowa technika pływania (st. grzbietowy, kraul, st. klasyczny, st. motylkowy, st. zmienny, starty, nawroty). Podstawowe sposoby pływania wykorzystywane przy korygowaniu wad postawy. Zasady stosowania ćwiczeń pływackich w najczęściej występujących wadach postawy.

Metody kształcenia

Wykład informacyjny, obserwacja, metoda pogładowa, metoda analityczna, metoda syntetyczna, samodzielne opracowanie materiałów metodycznych, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Ma pogłębioną i uporządkowaną wiedzę na temat pływania, potrafi objaśniać przepisy pływania, dobierać specjalistyczną terminologię w opisie techniki i metodyki nauczania pływania.	K1_W04	- dyskusja - kolokwium - obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Ćwiczenia
Student potrafi scharakteryzować relacje między środowiskiem wodnym a ciałem człowieka.	K1_W05	test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	Ćwiczenia
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	obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Ćwiczenia
Potrafi zorganizować zajęcia rekreacyjne i zawody sportowe w pływaniu	K1_U09 K1_K07	obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Ćwiczenia

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student rozumie potrzebę dokształcania zawodowego i jest świadomy rozwoju osobistego w ciągu całe życie,	• K1_K01	• dyskusja • obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Student jest świadomy zmian zachodzących w technice, przepisach i metodyce nauczania pływania, jest otwarty na pomoc i współpracę	• K1_K02	• dyskusja • obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Jest świadomy zwiększonego ryzyka nieszczęśliwych wypadków na zajęciach organizowanych nad wodą, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom	• K1_W08 • K1_K07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
Jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości pływania.	• K1_W09	• przygotowanie projektu	• Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Zaprezentowanie poprawnej techniki pływania stylami sportowymi wraz ze startami. Odbycie hospitacji zajęć ruchowych w wodzie. Uzyskanie pozytywnej oceny za samodzielnie wykonane materiały metodyczne.

Literatura podstawowa

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 2009.
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. Wiesner W.: Nauczanie - uczenie się pływania. Podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego. Wrocław 2001.
10. Wiesner W., Skalski D.: Podstawy metodycznej edukacji ratowniczej. Skarszewy – Wrocław 2005.

Literatura uzupełniająca

1. Błasiak P., Chadaj M.: Ratownictwo Wodne - vademecum, Warszawa 1993.
2. Cholewa J.: Sterowanie procesem treningowym młodych pływaków. Katowice 2009.
3. Gifford C.: Pływanie. Tajniki sportu. Poznań 2010.
4. Laughlin T., Delves J.: Kraul metodą Total Immersion. Zielonka 2006.
5. Michałowski M.: Pływanie. Historia, zasady, trening. Bielsko-Biała 2010.
6. Montgomery J., Chambers M.: Pływanie. Droga do mistrzostwa. Zielonka 2011.
7. Przybylska A.: Pływanie kraulem czyli jak poprawić technikę i przygotować się fizycznie do sezonu. Toruń 2010.

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 07-01-2017 16:43)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ