

Teoria i metodyka pływania - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Teoria i metodyka pływania
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFSP-TMP
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2017/2018

Informacje o przedmiocie	
Semestr	2
Liczba punktów ECTS do zdobycia	3
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	10	0,67	5	0,33	Zaliczenie na ocenę
Laboratorium	30	2	18	1,2	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Usystematyzowanie przez studenta wiedzy z zakresu metodyki, techniki i przepisów pływania. Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia zajęć ruchowych w wodzie. Usprawnienie w zakresie sportowej techniki pływania st. kraul, st. motylkowym i st. zmiennym oraz umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie na poziomie Młodszego Ratownika WOPR.

Wymagania wstępne

Znajomość i umiejętność zaprezentowania poprawnej techniki pływania stylem klasycznym wraz ze startem i nawrotem.

Zakres tematyczny

Wykład

1. Historia i przepisy pływania (st. kraul, st. motylkowy, st. zmienny).
2. Ratownictwo wodne (przepisy dotyczące bezpieczeństwa osób przebywających na obszarach wodnych).
3. Lekcja pływania, metody stosowane w nauczaniu pływania.

Laboratorium

1. Sportowa technika pływania (st. kraul, st. motylkowy, st. zmienny).
2. Ratownictwo wodne (umiejętności niezbędnych do zapewnienia bezpieczeństwa podczas zajęć w wodzie na poziomie Młodszego Ratownika WOPR).
3. Przeprowadzenie zajęć ruchowych w wodzie.

Metody kształcenia

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

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
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	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
student jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości pływania	• K1_W06 • K1_W09 • K1_U10	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
student ma uporządkowaną wiedzę dotyczącą bezpieczeństwa osób przebywających na obszarach wodnych, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom	• K1_W05 • K1_W08 • K1_U08 • K1_K07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta • test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	• Wykład • Laboratorium
student rozumie potrzebę dokształcania zawodowego i jest świadomy rozwoju osobistego w ciągu całego życia	• K1_W09 • K1_K01	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Wykład • Laboratorium
student potrafi samodzielnie przeprowadzić zajęcia ruchowe w wodzie	• K1_W09 • K1_U09 • K1_K04	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
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	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Laboratorium
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	• test z pytaniami zamkniętymi i otwartymi	• Wykład
student potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu pływania (st. kraul, st. motylkowy, st. zmienny) i ratownictwa wodnego	• K1_W08 • K1_U07 • K1_K09	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium

Warunki zaliczenia

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. kraul, st. motylkowym i st. zmiennym wraz ze startami i nawrotami oraz uzyskanie limitów czasowych na określonych dystansach – 70%,
- test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego – 15%,
- samodzielne przeprowadzenie zajęć ruchowych w wodzie – 15%.

Przedmiot kończy się egzaminem końcowym w formie pisemnej z treści obejmującej tematykę wykładów i laboratorium. Warunkiem uzyskania pozytywnej oceny jest zaliczenie testu z progami punktowymi minimum 50% punktów. Na ocenę z przedmiotu składa się ocena z egzaminu (25%) i laboratorium (75%). Warunkiem zaliczenia przedmiotu są pozytywne oceny z egzaminu i laboratorium.

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 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.

Literatura uzupełniająca

1. Błasiak P., Chadaj 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.

Uwagi

Zmodyfikowane przez mgr Beata Wojciechowska (ostatnia modyfikacja: 20-04-2017 14:21)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ