

Pływanie - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Pływanie
Kod przedmiotu	16.1-WL-RAT-P
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Ratownictwo medyczne
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2018/2019

Informacje o przedmiocie	
Semestr	1
Liczba punktów ECTS do zdobycia	1
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	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznanie studenta z miejscem pływania w ogólnym systemie działalności sportowej oraz podstawowymi terminami i pojęciami. Usprawnienie w zakresie sportowej techniki pływania st. grzbietowym i st. klasycznym oraz samoratownictwa w wodzie.

Wymagania wstępne

Znajomość i umiejętność zaprezentowania poprawnej techniki pływania jednym stylem sportowym.

Zakres tematyczny

- Zagadnienia dotyczące wpływu środowiska wodnego na funkcjonowanie organizmu człowieka (pływalność, pływanie statyczne i dynamiczne).
- Zasady bezpieczeństwa oraz kompetencje osób prowadzących zajęcia nad wodą.
- Sportowa technika pływania (st. grzbietowy, st. klasyczny).
- Ratownictwo wodne (użytkowe sposoby pływania, elementarne sposoby reagowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia w wodzie).

Metody kształcenia

Wykład informacyjny, obserwacja, metoda poglądowa, metoda analityczna, metoda syntetyczna, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
potrafi scharakteryzować relacje między środowiskiem wodnym a ciałem człowieka	• K_W01	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości pływania	• K_W10	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Ćwiczenia
ma uporządkowaną wiedzę na temat pływania, potrafi dobierać specjalistyczną terminologię w opisie techniki pływania	• K_W13	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Ćwiczenia
potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu pływania (st. grzbietowy, st. klasyczny) i ratownictwa wodnego	• K_U18	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia
rozumie potrzebę dokształcania zawodowego i dbałości o odpowiedni poziom sprawności fizyczne; jest świadomy rozwoju osobistego w ciągu całego życia	• K_K01 • K_K10	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Ćwiczenia
potrafi pracować w grupie; realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia ze szczególnym uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa na obszarach wodnych	• K_K05 • K_K08	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
jest świadomy zwiększonego ryzyka nieszczęśliwych wypadków na obszarach wodnych; jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa nad wodą	K_K06	obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Ćwiczenia - warunkiem zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach, uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich zajęć, przewidzianych do realizacji w ramach programu. Ocenie podlegają:

- zaprezentowanie poprawnej techniki pływania st. grzbietowym na dystansie 50 m.– 40%,
- zaprezentowanie poprawnej techniki pływania st. klasycznym na dystansie 50 m.– 40%,
- test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego zawierającego skoki ratownicze, nurkowanie w głęb i na odległość – 20%, Student powinien uzupełnić braki w terminie uzgodnionym z prowadzącym zajęcia.

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., Filon M., Zatoń K. (red.): *Elementy teorii pływania*, AWF 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. *Prawie wszystko o ratownictwie wodnym*, Praca zbiorowa, ZG WOPR Warszawa 1993.
7. Wiesner W.: *Nauczanie - uczenie się pływania. Podręcznik dla studentów akademii wychowania fizycznego*, Wrocław 2001.
8. Wiesner W., Skalski D.: *Podstawy metodycznej edukacji ratowniczej*, Skarszewy – Wrocław 2005.

Literatura uzupełniająca

1. Błasiak P., Chadał M., Kurek K.: *Ratownictwo wodne. Vademecum*, Warszawa 2001.
2. Bojarowski R.: *Kąpiemy się bezpiecznie, ratujemy skutecznie*. Włocławek 2009.
3. Karpiński R. (red.): *Ratownictwo wodne*, AWF Katowice 2005.
4. Kołodziej R., Tabaczek-Bejster I., Dudziak A.: *Ratownictwo wodne. Wybrane zagadnienia*, UR Rzeszów 2012.
5. Michałowski M.: *Pływanie. Historia, zasady, trening*, Bielsko-Biała 2010.
6. Michniewicz I., Michniewicz R.: *Ratownictwo wodne. Podstawy edukacji studentów*, PWSZ Kalisz 2013.
7. Przybylska A.: *Pływanie kraulem czyli jak poprawić technikę i przygotować się fizycznie do sezonu*, Toruń 2010.
8. Skalski D.: *Wademekum ratownika wodnego*, Skarszewy 2011.

Uwagi

Zmodyfikowane przez prof. dr hab. Agnieszka Zembroń-Łacny (ostatnia modyfikacja: 08-06-2018 13:09)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ