

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 2018/2019

Informacje o przedmiocie	
Semestr	5
Liczba punktów ECTS do zdobycia	4
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	15	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę
Laboratorium	45	3	27	1,8	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 I semestr specjalizacji instruktorskiej z pływania

Zakres tematyczny

Wykład: Technika pływania: poznanie analiza i umiejętność korekty błędów w technikach pływania; pływanie sportowe osób niepełnosprawnych, organizacje, przepisy.

Metodyka nauczania pływania: ewolucja metod nauczania pływania; szybkość uczenia się pływania jako przejaw uzdolnień ruchowych człowieka, inne czynniki decydujące o skuteczności uczenia się i nauczania pływania, pokaz ruchu na lądzie ,wybór pierwszego sposobu pływania; metodyka nauczania pływania niemowląt i dzieci w wieku przedszkolnym; rola i dobór gier i zabaw w procesie nauczania pływania; zapoznanie kursanta z programami nauczania pływania: ogólnopolski program nauczania pływania - K. Kucia, A. Stachura (2014), ogólnopolski program nauki pływania PZP, Mały Mistrz (2013), 20, 30 lekcji nauki pływania E. Bartkowiaka (1974), 20, 30 R. Karpińskiego (2011), 60 lekcji pływania I. Baranyego (1970), kontrola i ocena procesu nauczania.

Laboratorium wstępny etap nauczania pływania - ćwiczenia osławajające z wodą, ćwiczenia wypornościowe, leżenia i poślizgi, wślizgi z siadu, ćwiczenia oddechowe. Gry i zabawy stosowane w nauczaniu pływania - umiejętność doboru gier i zabaw w procesie nauczania i doskonalenia pływania. Pomoce dydaktyczne, przybory, urządzenia stosowane w procesie nauczania pływania. Hospitacje zajęć nauki pływania niemowląt, dzieci i młodzieży. Samodzielne prowadzenie lekcji nauki i doskonalenia pływania.

Metody kształcenia

wykład informacyjny, metoda audytoryjna, panel dyskusyjny, metoda projektowa, samodzielne opracowanie materiałów metodycznych, zajęcia praktyczne

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
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

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 swoją postawą inspiruje 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
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

Wykład: kończy się testem w formie pisemnej zgodnym z podanymi kryteriami (test z progami punktowymi składający 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, hospitalacja zajęć ruchowych w wodzie, udział w organizacji zawodów sportowych w pływaniu. Ocenie podlegają: zaprezentowanie poprawnej techniki pływania st. zmiennym wraz ze startami i nawrotami oraz uzyskanie limitów czasowych na dystansie 100 metrów – 50%, test sprawnościowy w zakresie ratownictwa wodnego na poziomie Ratownika WOPR – 10%, wykonanie grupowego projektu (przygotowanie, realizacji i dokumentacja z przeprowadzonych zawodów) – 10%, opracowane przez studenta materiały metodyczne (konspekty, arkusze statystyczne, protokoły) – 10%, samodzielne przeprowadzenie zajęć ruchowych w wodzie – 20%.

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

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 we Wrocławiu. Wrocław 2003
3. Dybińska E., Wójcicki A.: Wskazówki metodyczne do nauczania pływania. AWF w Krakowie. Kraków 2002
4. Karpiński R.: Pływanie. Podstawy techniki, nauczanie. Biurotext. Katowice 2002
5. Szwarc Z.: Pływanie osób dorosłych jako proces nabywania umiejętności. [w.]: Osiński W., Muszkieta R. (red.): Wychowanie fizyczne i sport w badaniach naukowych. Poznań 2000
6. Wojciechowska-Maszkowska B., Urantówka J., Wieloch M.: Nauka pływania – Atlas ćwiczeń. Opole 2009
7. www.fina.org – Światowa Federacja Pływacka (FINA)
8. www.polswim.pl – Polski Związek Pływacki (aktualne przepisy pływania)
9. www.wopr.pl – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)
10. www.swim.ee – strona poświęcona technice, analizie wyścigów pływackich
11. www.plywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
12. www.mojeplywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
13. www.swim.info.pl – pływanie osób niepełnosprawnychCzasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym)
<http://www.bu.uz.zgora.pl/>
- 14.

Literatura uzupełniająca

1. Barany I.: 60 lekcji pływania dla dzieci. Warszawa 1970
2. Bartkowiak E.: 20 lekcji pływania. Warszawa 1974
3. Białecki R.: Wykorzystanie skoków do wody w nauczaniu pływania. Gdańsk 1996
4. Czekalska J.: Pływanie synchroniczne (wybrane elementy nauczania). Materiały Przeglądowej Konferencji Młodych Pracowników Naukowych. Warszawa 1985
5. Czabański B.: Optymalizacja uczenia się i nauczania sportowych czynności sportowych. Wrocław 1986
6. Krawczyk Z., Czekalska J.: 10-lekcyjny kurs nauki pływania dzieci w wieku 1–3 lat. Warszawa 1995
7. Szwarc Z.: Pływanie osób dorosłych jako proces nabywania umiejętności. [w.]: Osiński W., Muszkieta R. (red.): Wychowanie fizyczne i sport w badaniach naukowych. Poznań 2000
8. Wojciechowska-Maszkowska B., Urantówka J., Wieloch M.: Nauka pływania – Atlas ćwiczeń. Opole 2009
9. Wiesner W.: Naucz pływać swoje dziecko. Wrocław 1992
10. Wiesner W.: Nauczanie – uczenie się pływać. Wrocław 1999
11. www.fina.org – Światowa Federacja Pływacka (FINA)
12. www.polswim.pl – Polski Związek Pływacki (aktualne przepisy pływania)
13. www.wopr.pl – Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)
14. www.swim.ee – strona poświęcona technice, analizie wyścigów pływackich
15. www.plywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
16. www.mojeplywanie.pl – forum dyskusyjne o pływaniu
17. www.swim.info.pl – pływanie osób niepełnosprawnych

Uwagi

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

Zmodyfikowane przez dr Ewa Skorupka (ostatnia modyfikacja: 09-04-2019 17:36)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ