

KARTA PRZEDMIOTU
Rok akademicki 2020/2021

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.C3.KRiMNR-P	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu – pływanie</i> <i>Movement education and movement teaching methodology - swimming</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	<i>Fizjoterapia</i>
1.2. Forma studiów	<i>Stacjonarne/niestacjonarne</i>
1.3. Poziom studiów	<i>Jednolite magisterskie</i>
1.4. Profil studiów*	<i>praktyczny</i>
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	<i>Mgr Justyna Kołodziejska</i>
1.6. Kontakt	<i>justyna.kolodziejska@ujk.edu.pl</i>

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	<i>polSKI</i>
2.2. Wymagania wstępne*	<i>Umiejętność przepłynięcia 25 metrów dowolnym stylem pływackim.</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>ćwiczenia/ćwiczenia praktyczne</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>pływalnia</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	<i>Instruktaż, pokaz z objaśnieniem</i>	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Karpiński R. <i>Pływanie. Podstawy techniki. Nauczanie.</i> AWF Katowice. Katowice 2016 2. Bartkowiak E. <i>Pływanie sportowe. Uczenie się i nauczanie pływania.</i> COS. Warszawa 2008 3. Czabański B., Filon M., Zatoń K. <i>Elementy teorii pływania.</i> AWF Wrocław. Wrocław 2003.
	uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dybińska E., Wójcicki A. <i>Wskazówki metodyczne do nauczania pływania.</i> AWF Kraków. Kraków 2002. 2. Owczarek S. <i>Korekcja wad postawy. Pływanie i ćwiczenia w wodzie.</i> WSiP. Warszawa 1999. 3. Pietrusik K., Wochna K. <i>Nauczanie pływania dzieci w młodszym wieku szkolnym.</i> AWF Poznań. Poznań 2016.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

<p>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</p> <p>C1. Przygotowanie do prowadzenia zajęć praktycznych obejmujących swym zakresem prawidłowo wykonaną demonstrację nauczaną techniki oraz organizację gier i zabaw stosowanych w nauczaniu pływania.</p> <p>C2. Kształtowanie postawy zdrowego stylu życia. Wyjaśnianie wpływu aktywności fizycznej w wodzie na organizm ludzki.</p>
<p>4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)</p> <p>1. Wstępna adaptacja do środowiska wodnego. Gry i zabawy w wodzie.</p> <ul style="list-style-type: none"> - podstawowe czynności ruchowe w środowisku wodnym - zanurzanie głowy do wody - nauka otwierania oczu pod wodą. - opanowanie oddychania pod wodą - nauczanie leżenia na piersiach i na grzbiecie. - opanowanie poślizgów na piersiach i na grzbiecie. - proste skoki na nogi <p>2. Metodyka nauczania kraula na grzbiecie.</p> <ul style="list-style-type: none"> - nauka pracy nóg do kraula na grzbiecie - nauka pracy ramion do kraula na grzbiecie - koordynacja pracy ramion i nóg <p>3. Metodyka nauczania kraula na piersiach.</p> <ul style="list-style-type: none"> - nauka pracy nóg do kraula na piersiach - nauka pracy ramion do kraula na piersiach, koordynacja z oddechem - koordynacja pracy ramion i nóg

