

KARTA PRZEDMIOTU – II ROK
Rok akademicki 2021/2022

Kod przedmiotu	0114.7.WF2.B/C27.PzER	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	<i>Pływanie z elementami ratownictwa</i> <i>Swimming with elements of rescue</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	drugiego stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	mgr Justyna Kołodziejska
1.6. Kontakt	justyna.kolodziejska@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	język polski/angielski
2.2. Wymagania wstępne*	umiejętność pływania czterema stylami

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	pływalnia	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną - sprawdzian praktyczny	
3.4. Metody dydaktyczne	opis, pokaz, ćwiczenia praktyczne	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Głąb G. Wybór ćwiczeń w nauczaniu sportowych technik pływania. Wyd. Szkoła Pływania Fregata Swimming 2016. 2. Karpiński R. Ratownictwo wodne - podręcznik dla studentów i ratowników wodnych. AWF Katowice 2005. 3. Karpiński R. Pływanie Podstawy, techniki, nauczanie. Wyd. CeBud Sp. z o.o. 2009. 4. Laughlin T. Kraul metodą Total Immersion Wyd Buk Rower Zielonka 2006.
	uzupełniająca	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dybińska E., Wójcicki A. Wskazówki metodyczne do nauczania pływania. AWF Kraków 2002. 2. Karpiński R. Pływanie. AWF Katowice 2000. 3. Rakowski M. Sportowy trening pływacki. Londyn 2014.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
<i>C1. Przekazanie studentowi wiedzy i doskonalenie umiejętności z zakresu pływania, aqua fitness oraz zapoznanie z elementami ratownictwa wodnego.</i>
<i>C2. Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia jednostek lekcyjnych obejmujących swym zakresem prawidłowo wykonaną demonstrację technik pływania oraz organizację gier i zabaw stosowanych w procesie nauczania.</i>
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)
Ćwiczenia:
<ol style="list-style-type: none">1. Dobór ćwiczeń doskonalących technikę pływania do poszczególnych stylów pływackich.2. <i>Games and physical play as a form of complementary in the teaching of swimming</i> (Gry i zabawy jako formy uzupełniające w nauczaniu pływania).3. Przepisy w pływaniu sportowym.4. Elementy treningu sportowego.5. Podstawy ratownictwa wodnego i bezpieczeństwo w wodzie6. Wprowadzenie do pływania z elementami ratownictwa.7. Podstawowe elementy aqua fitness.8. Samodzielne prowadzenie jednostek lekcyjnych zgodnie z systematyką i metodyką nauczania.
4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	Student wie jak zorganizować zajęcia pływania i aqua fitness. Zna podstawowe elementy ratownictwa wodnego i zasady zachowania się w wodzie.	WF2P_W21

w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	<i>Potrafi samodzielnie tworzyć i modyfikować lekcje nauczania pływania.</i>	WF2P_U14
U02	<i>Potrafi wykorzystać podstawowe ćwiczenia w wodzie oraz elementy ratownictwa.</i>	WF2P_U13
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	<i>Potrafi motywować grupę do aktywności fizycznej w wodzie poprzez pokazanie różnorodnych, atrakcyjnych form aktywności.</i>	WF2P_K10
K02	<i>Wykazuje dbałość o bezpieczeństwo osób uczestniczących w zajęciach pływania. Jest świadomy odpowiedzialności prawnej, realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia.</i>	WF2P_K07

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																							
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt – konspekt zajęć*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne – sprawdzian praktyczny					
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć					
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...			
W01																								
U01									x			x												x
U02												x												x
K01												x												
K02												x												

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	<i>Samodzielne prowadzenie lekcji w-f-z pływania wg przygotowanego konspektu. W sprawdzianie praktycznym uzyskanie 61- 68% punktów.</i>
	3,5	<i>Samodzielne prowadzenie lekcji w-f-z pływania wg przygotowanego konspektu. Posługiwanie się fachową terminologią i formułowanie w sposób czytelny poleceń. W sprawdzianie praktycznym uzyskał 69-76% punktów.</i>
	4	<i>Samodzielne prowadzenie lekcji w-f-z pływania wg przygotowanego konspektu. Posługiwanie się fachową terminologią i formułowanie w sposób czytelny poleceń. Posiadanie bogatego zasobu ćwiczeń techniczno- taktycznych wykorzystywanych w trakcie prowadzenia lekcji. W sprawdzianie praktycznym uzyskanie 77-84% punktów.</i>
	4,5	<i>Samodzielne prowadzenie lekcji w-f-z pływania wg przygotowanego konspektu. Posługiwanie się terminologią i formułowanie w sposób czytelny poleceń. Posiada bogaty zasób ćwiczeń techniczno- taktycznych wykorzystywanych w trakcie prowadzenia lekcji. W sprawdzianie praktycznym uzyskanie powyżej 85-92% punktów.</i>
	5	<i>Samodzielne prowadzenie lekcji w-f-z pływania wg przygotowanego konspektu. Posługiwanie się fachową terminologią i formułowanie w sposób czytelny poleceń. Posiadanie bogatego zasobu ćwiczeń techniczno-taktycznych swobodnie wykorzystywanych w trakcie prowadzenia lekcji. W sprawdzianie praktycznym uzyskanie powyżej 93-100% punktów.</i>

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	25	15
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	25	15
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	25	35
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	5	5
<i>Zebrań materiałów do projektu – konspektu, przygotowanie konspektu</i>	20	30
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....