

KARTA PRZEDMIOTU dla II roku
Rok akademicki 2019/2020

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C27.TiMP	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Teoria i metodyka pływania <i>Theory and methodology of swimming</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	pierwszego stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Specjalność*	nauczycielska
1.6. Jednostka prowadząca przedmiot	WO, Instytut Fizjoterapii
1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu	Dr n. o kf. Tomasz Winiarczyk, mgr Justyna Kołodziejska
1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot	Dr n. o kf. Tomasz Winiarczyk, mgr Justyna Kołodziejska
1.9. Kontakt	twiniarczyk@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Przynależność do modułu	P/K - podstawowy/kierunkowy
2.2. Język wykładowy	język polski, język angielski
2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot	I, II, III, IV
2.4. Wymagania wstępne*	Umiejętność przepłynięcia 50 metrów dowolnym stylem pływackim, Podstawy metodyki w-f

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	Zajęcia na pływalni	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	Instruktaż, pokaz z objaśnieniem, dyskusja	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Bartkowiak E. Pływanie sportowe. Uczenie się i nauczanie pływania. Technologia treningu. COS. Warszawa 1999. 2. Karpiński R. Ratownictwo wodne – podręcznik dla studentów i ratowników wodnych. AWF Katowice. Katowice 2005. 3. Laughlin T. Kraul metodą Total Immersion. Wyd. Buk Rower. Zielonka 2006.
	uzupełniająca	1. Dybińska E., Wójcicki A. Wskazówki metodyczne do nauczania pływania. AWF Kraków. Kraków 2002. 2. Karpiński R. Pływanie. AWF Katowice. Katowice 2000. 3. Rakowski M. Sportowy trening pływacki. Londyn 2014.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: C1. Przekazanie wiedzy umożliwiającej studentowi realizację postawionych celów w procesie dydaktycznym. C2. Planowanie nauczania pływania wśród dzieci i młodzieży szkolnej. Ćwiczenia: C1. Przygotowanie do prowadzenia zajęć praktycznych obejmujących swym zakresem prawidłowo wykonaną demonstrację nauczanej techniki oraz organizację gier i zabaw stosowanych w procesie nauczania C2. Kształtowanie postawy zdrowego stylu życia. Wyjaśnianie wpływu aktywności fizycznej na organizm ludzki. Wykorzystanie umiejętności pływackich i pedagogicznych studenta w zakresie nauczania pływania powinno zachęcać uczniów do udziału w organizacji oraz uczestnictwie w szkolnych zawodach pływackich.	
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Wykłady: 1. Wprowadzenie do problematyki nauczania pływania. 2. Wstępna adaptacja do środowiska wodnego: ▪ podstawowe czynności ruchowe w środowisku wodnym,	

	■ zanurzenie twarzy, otwieranie oczu i orientacja pod powierzchnią wody, ■ opanowanie specyficznego oddychania w środowisku wodnym, ■ zapoznanie z wyporem wody, ■ opanowanie leżenia na piersiach i grzbiecie, ■ zabawy i gry ruchowe w wodzie.
Ćwiczenia:	
1.	Metodyka nauczania kraula na grzbiecie: ■ nauka pracy nóg do kraula na grzbiecie ■ nauka pracy ramion do kraula na grzbiecie ■ koordynacja pracy ramion i nóg ■ start i nawrót w kraulu na grzbiecie ■ elementy techniki sportowej
2.	Metodyka nauczania kraula na piersiach: ■ nauka pracy nóg do kraula na piersiach (język angielski) ■ nauka oddechu oraz pracy ramion do kraula na piersiach ■ koordynacja pracy ramion, nóg oraz oddychania ■ start i nawrót w kraulu na piersiach (język angielski) ■ elementy techniki sportowej
3.	Metodyka nauczania stylu klasycznego: ■ nauka pracy nóg do stylu klasycznego ■ nauka pracy ramion oraz oddychania podczas pływania stylem klasycznym ■ koordynacja pracy ramion, nóg oraz oddychania ■ starty i nawroty w stylu klasycznym ■ technika sportowa – doskonalenie
4.	Metodyka nauczania stylu motylkowego (delfin): ■ nauka pracy nóg do stylu motylkowego ■ nauka pracy ramion oraz oddychania ■ koordynacja w pracy ramion, nóg oraz oddychaniu ■ starty i nawroty
5.	Nauczanie elementów ratownictwa: ■ nauczanie holowania tonącego ■ nauczanie uwalniania się od chwytów tonącego ■ <u>perfecting diving in the distance and deeper</u> (doskonalenie nurkowania w dal i w głębi).

4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY:		
W01	Przygotowany jest pod kątem wiedzy nauczania sportów indywidualnych w zakresie pojęć metodycznych i dydaktycznych.	WF1P_W22 - posiada wiedzę merytoryczną z zakresu techniki i metodyki nauczania gier zespołowych i sportów indywidualnych niezbędną do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego, zna fachową terminologię
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi demonstrować ćwiczenia oraz technikę poszczególnych elementów pływania.	WF1P_U02 - posiada podstawowe umiejętności techniczne i taktyczne oraz ruchowe w zakresie sportów indywidualnych i zespołowych dające możliwość prawidłowej demonstracji
U02	Potrafi dopasować formy i metody zajęć do warunków w jakich odbywają się zajęcia.	WF1P_U13 - potrafi przeprowadzić zajęcia ruchowe lekcji wf z dyscyplin indywidualnych i zespołowych o różnej specyfice i tematyce w różnym terenie, środowisku i porze roku
U03	Potrafi wskazać błędy w technice wykonywanych ćwiczeń, korygować je, stosować prawidłową asekurację oraz stosuje ćwiczenia korygujące wady postawy.	WF1P_U16 - posiada umiejętności w zakresie wykonania, demonstrowania, asekuracji podstawowych ćwiczeń w sportach indywidualnych i zespołowych, ćwiczeniach rytmicznych, tanecznych oraz ćwiczeniach kompensacyjno-korekcyjnych
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Przestrzega zasad BHP wdraża do dyscypliny i samokontroli, zwraca uwagę na duże zagrożenie zdrowia i życia przy złej organizacji zajęć.	WF1P_K06 - wykazuje dbałość o bezpieczeństwo osób uczestniczących w zajęciach jest świadomy odpowiedzialności prawnej w swojej działalności zawodowej realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia																					
Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne – zaliczenie praktyczne		
	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										+			+			+			+		
U02										+			+						+		
U03										+			+						+		
K01				+									+								

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykład (W)	3	50-60% punktów z kolokwium
	3,5	61-70% punktów z kolokwium
	4	71-80% punktów z kolokwium
	4,5	81-90% punktów z kolokwium
	5	91-100% punktów z kolokwium
ćwiczenia (C)*	3	50-60% punktów z zaliczenia praktycznego
	3,5	61-70% punktów z zaliczenia praktycznego
	4	71-80% punktów z zaliczenia praktycznego
	4,5	81-90% punktów z zaliczenia praktycznego
	5	91-100% punktów z zaliczenia praktycznego

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	60	40
Udział w wykładach*	5	5
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*	55	35
Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym*		
Inne (jakie?)*		
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	40	60
Przygotowanie do wykładu*		
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*	20	30
Przygotowanie do kolokwium i zaliczenia praktycznego	20	30
Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*		
Opracowanie prezentacji multimedialnej*		
Inne (jakie?)*		
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	100
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	4

*niepotrzebne usunąć

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

.....