**KARTA PRZEDMIOTU**

**rok akademicki 2015/2016**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | *16.1-7WF-B/C25-TiMP* | |
| **Nazwa przedmiotu w języku** | polskim | ***Teoria i metodyka pływania***  *Theory and methodology of swimming* |
| angielskim |

1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

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

1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Przynależność do modułu** | *P/K-podstawowy/kierunkowy* |
| **2.2. Status przedmiotu** | *Obowiązkowy* |
| **2.3. Język wykładowy** | *Polski* |
| **2.4. Semestry, na których realizowany jest  przedmiot** | *I, II, III, IV* |
| **2.5. Wymagania wstępne** | *Umiejętność przepłynięcia 50 metrów dowolnym stylem pływackim, Podstawy metodyki w-f* |

1. **FORMY, SPOSOBY I METODY PROWADZENIA ZAJĘĆ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Formy zajęć** | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | ***Nazwa grupy*** | ***Forma zajęć*** | ***Liczba studentów w grupie*** | ***Studia stacjonarne*** | ***Studia niestacjonarne*** | | *C- ćwiczeniowa* | *ćwiczenia* | *25-30* | *60h – kontaktowe*  *40h – niekontaktowe* | *40h – kontaktowe*  *60h - niekontaktowe* | |
| * 1. **Sposób realizacji zajęć** | | *Zajęcia na pływalni* |
| * 1. **Sposób zaliczenia zajęć** | | *Ocena z zaliczeniem* |
| * 1. **Metody dydaktyczne** | | *Instruktaż, pokaz z objaśnieniem, dyskusja* |
| * 1. **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* |

1. **CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu**   *C1–W Przekazanie wiedzy umożliwiającej studentowi realizację postawionych celów w procesie dydaktycznym oraz prawidłowe planowanie nauczania pływania wśród dzieci i młodzieży szkolnej.*  *C2–U Przygotowanie do prowadzenia zajęć praktycznych obejmujących swym zakresem prawidłowo wykonaną demonstrację nauczanej techniki oraz organizację gier i zabaw stosowanych w procesie nauczania.*  *C3–K 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.* |
| * 1. **Treści programowe**   *Wprowadzenie do problematyki nauczania pływania.*  *Wstępna adaptacja do środowiska wodnego:*   * + - *podstawowe czynności ruchowe w środowisku wodnym,*     - *zanurzanie 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.*   *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*   *Metodyka nauczania kraula na piersiach:*  *nauka pracy nóg do kraula na piersiach*  *nauka oddechu oraz pracy ramion do kraula na piersiach*  *koordynacja pracy ramion, nóg oraz oddychania*  *start i nawrót w kraulu na piersiach*  *elementy techniki sportowej*  *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*  *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*  *Nauczanie elementów ratownictwa:*  *nauczanie holowania tonącego*  *nauczanie uwalniania się od chwytów tonącego*  *doskonalenie nurkowania w dal i w głąb.* |
| * 1. **Przedmiotowe efekty kształcenia (mała, średnia, duża liczba efektów)** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **kod** | **Student, który zaliczył przedmiot** | ***Stopień nasycenia efektu kierunkowego***  ***[+] [++] [+++]*** | **Odniesienie do efektów kształcenia** | |
|  | w zakresie **WIEDZY:** |  | dla  kierunku | dla  obszaru |
| W01 | *Posiada wiedzę merytoryczną z zakresu techniki i metodyki nauczania pływania niezbędną do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego, zna fachową terminologię* | ***++*** | WF1P\_W22 | M1\_W10  M1\_W07 |
|  | w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** |  |  |  |
| U01 | *Posiada podstawowe umiejętności techniczne i taktyczne oraz ruchowe w zakresie sportów indywidualnych, dające możliwość prawidłowej demonstracji,* | ***++*** | WF1P \_U02 | M1\_U02 |
| U02 | *Potrafi przeprowadzić zajęcia ruchowe lekcji wf z pływania o różnej specyfice i tematyce,* | ***++*** | WF1P \_U13 | M1\_U10  M1\_U03  M1\_U11 |
| U03 | *Posiada umiejętności w zakresie wykonania, demonstrowania, asekuracji podstawowych ćwiczeń w pływaniu,* | ***++*** | WF1P \_U16 | M1\_U11 |
|  | w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** |  |  |  |
| K01 | *Wykazuje dbałość o bezpieczeństwo osób uczestniczących w zajęciach pływania Jest świadomy odpowiedzialności prawnej w swojej działalności zawodowej, realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia.* | ***++*** | WF1P \_K06 | M1\_K07 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Kryteria oceny osiągniętych efektów kształcenia dla każdej formy zajęć** | | | | |
| **na ocenę 3** | **na ocenę 3,5** | **na ocenę 4** | **na ocenę 4,5** | **na ocenę 5** |
| od 50% przyswojonego zrealizowanego materiału | od 60%  przyswojonego zrealizowanego materiału | od 70%  przyswojonego zrealizowanego materiału | od 80%  przyswojonego zrealizowanego materiału | od 90%  przyswojonego zrealizowanego materiału |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Metody oceny dla każdej formy zajęć** | | | | | | | |
| **Egzamin ustny** | **Egzamin pisemny** | **Sprawdzian praktyczny** | **Kolokwium** | **Zadania domowe** | **Referat Sprawozdania** | **Konspekt lekcji** | **Inne** |
|  |  | *x* | *x* |  |  | *x* |  |

1. **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* |  |  |
| *Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach... itd.* | *60* | *40* |
| *Udział w konsultacjach* |  |  |
| *Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym itp.* |  |  |
| *Inne* |  |  |
| *SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/* | *40* | *60* |
| *Przygotowanie do wykładu* |  |  |
| *Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium itp.* | *30* | *40* |
| *Przygotowanie do egzaminu/kolokwium* | *10* | *20* |
| *Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa* |  |  |
| *Opracowanie prezentacji multimedialnej* |  |  |
| *Przygotowanie hasła do Wikipedii* |  |  |
| *Inne* |  |  |
| ***ŁĄCZNA LICZBA GODZIN*** | ***100*** | ***100*** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **4** | **4** |

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

*.....................................................................................................................................*