

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.C3.KRiMNR-P	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu – pływanie
	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>brak</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne (CP)</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	<i>1. Karpiński R. Pływanie. Podstawy techniki. Nauczanie. AWF Katowice. Katowice 2016.</i> <i>2. Bartkowiak E. Pływanie sportowe. Uczenie się i nauczanie pływania. COS. Warszawa 2008.</i> <i>3. Czabański B. Filon M., Zatoń K. Elementy teorii pływania. AWF Wrocław. Wrocław 2003.</i>
	uzupełniająca	<i>1. Dybińska E., Wójcicki A. Wskazówki metodyczne do nauczania pływania. AWF Kraków. Kraków 2002.</i> <i>2. Owczarek S. Korekcja wad postawy. Pływanie i ćwiczenia w wodzie. WSiP. Warszawa 1999.</i> <i>3. Pietrusik K., Wochna K. Nauczanie pływania dzieci w młodszym wieku szkolnym. AWF Poznań. Poznań 2016.</i>

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) <i>C1. Przygotowanie do prowadzenia zajęć praktycznych obejmujących swym zakresem prawidłowo wykonaną demonstrację nauczaną techniki oraz organizację gier i zabaw stosowanych w nauczaniu pływania.</i> <i>C2. Kształtowanie postawy zdrowego stylu życia. Wyjaśnianie wpływu aktywności fizycznej w wodzie na organizm ludzki.</i>
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) 1. Wstępna adaptacja do środowiska wodnego. Gry i zabawy w wodzie. - 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 2. Metodyka nauczania kraula na grzbiecie. - nauka pracy nóg do kraula na grzbiecie - nauka pracy ramion do kraula na grzbiecie - koordynacja pracy ramion i nóg 3. Metodyka nauczania kraula na piersiach. - nauka pracy nóg do kraula na piersiach - nauka pracy ramion do kraula na piersiach, koordynacja z oddechem - koordynacja pracy ramion i nóg 4. Metodyka nauczania stylu klasycznego - nauka pracy nóg do stylu klasycznego - nauka pracy ramion oraz oddychania podczas pływania stylem klasycznym

- koordynacja pracy ramion ,nóg i oddychania
- opanowanie wślizgów do wody i prostych skoków na nogi i głowę.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Symbole kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY zna i rozumie:		
W01	teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych;	FIZJ_C.W6. FIZJ_OW9 FIZJ_OW11
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI potrafi:		
U01	dobierać poszczególne ćwiczenia dla osób z różnymi zaburzeniami i możliwościami funkcjonalnymi oraz metodycznie uczyć ich wykonywania, stopniując natężenie trudności oraz wysiłku fizycznego;	FIZJ_C.U6. FIZJ_OU7
U02	wykazać umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych ćwiczeń;	FIZJ_C.U7. FIZJ_OU8 FIZJ_OU10
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH jest gotów do:		
K01	prezentowania postawy promującej zdrowy styl życia, propagowania i aktywnego kreowania zdrowego stylu życia i promocji zdrowia w trakcie działań związanych z wykonywaniem zawodu i określania poziomu sprawności niezbędnego do wykonywania zawodu fizjoterapeuty;	FIZJ_OK3

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

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	P
W01																				x	
U01																				x	
U02																				x	
K01																				x	

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne (CP*)	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/	30	30
Udział w ćwiczeniach kształtujących umiejętności praktyczne	30	30
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	20	20
Przygotowanie do ćwiczeń kształtujących umiejętności praktyczne	20	20
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

*niepotrzebne usunąć

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

.....