

PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2013/2014

Instytut Kultury Fizycznej

Kierunek studiów: Wychowanie fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: wychowanie fizyczne z odnową biologiczną i specjalizacją instruktorską

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Zajęcia specjalistyczne w pływaniu
KOD PRZEDMIOTU	IKF 16.1 AIS D1 13/14
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty uzupełniające
LICZBA PUNKTÓW ECTS	8
SEMESTRY	3 4 5 6

2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA AUDYTORYJNE	ĆWICZENIA LAB./ SEMINARIUM/ ZAJ. WARSZT.	ĆWICZENIA KLINICZNE/ PRAKTYKI	ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/ LEKTORAT
3					60
4					30
5					30
6					30



3 CELE PRZEDMIOTU

Cel 1 Opanowanie przez studenta pakietu ćwiczeń adekwatnych dla sportowych technik pływackich.

Cel 2 Przygotowanie studentów do samodzielnego nauczania pływania.

Cel 3 Zapoznanie studentów z planowaniem procesu nauczania pływania oraz projektowaniem i prowadzeniem zajęć treningowych z zakresu pływania.

Cel 4 Poznanie przepisów pływania oraz zasad przeprowadzania zawodów pływackich.

Cel 5 Opanowanie umiejętności nauczania zdolności motorycznych pływaka.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

a Brak.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

EK1 Umiejętności: Student planuje proces nauczania pływania oraz planuje i przeprowadza zajęcia treningowe w różnych warunkach, dobiera, wykonuje, demonstruje podstawowe ćwiczenia, identyfikuje i poprawia błędy uczniów.

EK2 Umiejętności: Student wykonuje, demonstruje i asekuruje podstawowe ćwiczenia z zakresu pływania, naucza podstawowe elementy z zakresu pływania oraz wybranych sportów wodnych naucza podstawowe gry i zabawy w wodzie.

EK3 Umiejętności: Student organizuje, przeprowadza, sędziuje oraz dokumentuje wyniki zawodów pływackich sportowych i rekreacyjnych z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu pomiarowego.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/LEKTORAT

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BŁOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Bezpieczeństwo na zajęciach z pływania, organizacja i przygotowanie lekcji pływania.	10
C2	Pierwszy etap nauczania pływania - uczenie i nauczanie podstawowych umiejętności pływackich. Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu pływania.	14
C3	Drugi etap nauczania pływania - uczenie się i nauczanie technik pływackich: kraul na grzbiecie.	14
C4	Drugi etap nauczania pływania - uczenie się i nauczanie technik pływackich: kraul na piersiach.	14
C5	Drugi etap nauczania pływania - uczenie się i nauczanie technik pływackich: styl motylkowy.	14
C6	Drugi etap nauczania pływania - uczenie się i nauczanie technik pływackich: styl klasyczny.	14
C7	Drugi etap nauczania pływania - uczenie się i nauczanie technik pływackich: styl zmienny.	14
C8	Drugi etap nauczania pływania - uczenie się i nauczanie technik pływackich: start w poszczególnych stylach pływackich.	10
C9	Drugi etap nauczania pływania - uczenie się i nauczanie technik pływackich: nawroty w poszczególnych stylach pływackich oraz do stylu zmiennego.	10
C10	Organizacja i sędziowanie zawodów pływackich.	12



ĆWICZENIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO/LEKTORAT

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C11	Teoretyczne podstawy pływania.	4
C12	Elementy ratownictwa wodnego.	4
C13	Elementy innych sportów wodnych.	4
C14	Kształtowanie zdolności motorycznych pływaka z wykorzystaniem rowerków i bieżni wodnej.	12
	RAZEM	150

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Pokaz

M2 Słowne objaśnienie

M3 Metoda syntetyczna

M4 Metoda analityczna

M5 Metoda kombinowana

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	150
Konsultacje przedmiotowe	8
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	42
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	200
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	8

9 SPOSOBY OCENY

Średnia ważona ocen formujących: zaliczenie praktyczne 70%, projekt indywidualny 15%, ćwiczenie praktyczne 15%..

OCENA FORMUJĄCA

F1 Ćwiczenie praktyczne

F2 Zaliczenie praktyczne

F3 Projekt indywidualny

KRYTERIA OCENY



EFEKT KSZTAŁCENIA 1		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 1
NA OCENĘ 3	Student nie zawsze właściwie planuje proces nauczania pływania w różnych warunkach, dobiera, wykonuje, demonstruje podstawowe ćwiczenia z błędami, nie zawsze prawidłowo identyfikuje i poprawia błędy uczniów.	ćwiczenia wychowania fizycznego/ lektorat	Projekt indywidualny - 100%
NA OCENĘ 4	Student planuje proces nauczania pływania w różnych warunkach z niewielkimi błędami, wykonuje, demonstruje przeważnie poprawnie podstawowe ćwiczenia, prawidłowo identyfikuje i poprawia błędy uczniów.		
NA OCENĘ 5	Student prawidłowo planuje proces nauczania pływania w różnych warunkach, właściwie wykonuje, demonstruje podstawowe ćwiczenia, właściwie identyfikuje i poprawia błędy uczniów.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 2		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 2
NA OCENĘ 3	Student wykonuje, demonstruje, asekuruje ćwiczenia pływackie z błędami, nie zawsze prawidłowo naucza techniki pływackie, elementy innych sportów wodnych oraz gier i zabaw w wodzie.	ćwiczenia wychowania fizycznego/ lektorat	Zaliczenie praktyczne - 100%
NA OCENĘ 4	Student wykonuje, demonstruje i asekuruje ćwiczenia pływackie przeważnie poprawnie, przeważnie prawidłowo naucza techniki pływackie i elementy innych sportów wodnych oraz gier i zabaw w wodzie.		
NA OCENĘ 5	Student bardzo dobrze wykonuje, demonstruje i asekuruje ćwiczenia pływackie, prawidłowo naucza techniki pływackie i elementy innych sportów wodnych oraz gier i zabaw.		
EFEKT KSZTAŁCENIA 3		MIEJSCE WERYFIKACJI	OPIS WERYFIKACJI EK 3
NA OCENĘ 3	Student organizuje, przeprowadza, sędziuje oraz dokumentuje wyniki zawodów pływackich z błędami.	ćwiczenia wychowania fizycznego/ lektorat	Ćwiczenie praktyczne - 100%
NA OCENĘ 4	Student prawidłowo organizuje, przeprowadza, sędziuje oraz dokumentuje przebieg zawodów pływackich, ale z niewielkimi błędami, niemającymi wpływu na wynik końcowy.		
NA OCENĘ 5	Student właściwie organizuje, przeprowadza, sędziuje oraz dokumentuje przebieg zawodów pływackich zgodnie z przepisami PZP.		



OCENA DO INDEKSU (OCENA PODSUMOWUJĄCA)

Średnia ważona ocen formujących: zaliczenie praktyczne - 50%, projekt indywidualny - 25%, ćwiczenie praktyczne - 25%.

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

a Przygotowanie do zajęć, frekwencja i aktywny udział.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE
EK1	KN_U07, KN_U14, KN_U19, KN_U08	Cel1, Cel2, Cel3, Cel5	C1, C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C11, C14	M1, M2, M3, M4, M5
EK2	KN_U14, KN_U19, KN_K08	Cel1, Cel2	C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C11, C12, C13	M1, M2, M3, M4, M5
EK3	KN_U16, KN_U12, KN_U03	Cel4	C10	M4

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- [1] Dybińska E. — *Uczenie się i nauczanie pływania*, Kraków, 2009, AWF.
- [2] Karpiński R. — *Pływanie. Podstawy techniki. Nauczanie*, Katowice, 2008, AWF.
- [3] Bartkowiak E. — *Pływanie sportowe*, Warszawa, 1999, COS.
- [4] FINA — *Przepisy pływania*, Warszawa, 2009, PZP.

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- [1] Dybińska E. Wójcicki A. — *Wskazówki metodyczne do nauczania pływania*, Kraków, 1997, AWF.
- [2] Ostrowski A. — *Zabawy i rekreacja w wodzie*, Warszawa, 2003, WSiP.
- [3] Laughlin T. — *Pływanie dla każdego*, Zielonka, 2007, Buk Rower.

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

mgr Marta Zajac (kontakt: mon_gos@ns.onet.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

mgr Marta Zajac (kontakt: mon_gos@ns.onet.pl)



13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik zakładu)

(dyrektor instytutu)

PWSZ w Nowym Sączu

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....