

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku

KARTA OPISU ZAJĘĆ (SYLABUS) W ROKU AKADEMICKIM cykl kształcenia 2017-2022

Jednostka Organizacyjna:	Wydział Rehabilitacji i Kinezylogii					Kierunek: Fizjoterapia		
Rodzaj studiów i profil (I stopień/II stopień)	niestacjonarne (I stopień)							
Profil (ogólnoakademicki/praktyczny)	ogólnoakademicki							
Nazwa modułu:	Nazwa zajęć (przedmiotu): Pływanie							
Tryb studiów (stacjonarne/niestacjonarne):	Rok	Semestr	Rodzaj zajęć	Liczba godzin		Punkty ECTS	*Typ zajęć (przedmiotu)	Język wykładowy
				stacjonarne	niestacjonarne			
	I	1	<i>wykłady</i>				obligatoryjny	polski
		<i>ćwiczenia</i>	30	20	1			
Nauczyciel(-e) odpowiedzialny(-i) za zajęcia (przedmiot): mrg Katarzyna Dzik								
E-mail: katarzyna.dulian@awf.gda.pl								
Wymagania wstępne:								
Student potrafi pływać w stopniu umożliwiającym zdanie egzaminu wstępnego z pływania.								
Cele zajęć (przedmiotu):								
Zapoznanie z metodyką nauczania i techniką pływacką w stylu dowolnym i grzbietowym.								
Zapoznanie z różnymi formami ruchu w wodzie.								
Wykorzystanie umiejętności pływackich w realizowaniu ćwiczeń usprawniających.								
Zapoznanie z różnymi formami organizacji zajęć w wodzie.								

Opis efektów kształcenia dla zajęć (przedmiotu) oraz ich powiązanie z efektami kształcenia dla kierunku		<i>Kod kierunkowego/ych efektu/ów kształcenia</i>	<i>Kod obszarowego/ych efektu/ów kształcenia</i>
WIEDZA			
W1	Student wie jaką rolę może odegrać pływanie w odniesieniu do założeń środków, form i metod terapeutycznych u pacjentów w różnym wieku oraz z różnymi dysfunkcjami.	K_W12	P7SM_WG02 P7SM_WK04
W2	Student posiada wiedzę w zakresie zasad promocji zdrowia i zdrowego stylu życia. Rozumie, że pływanie, jako aktywność fizyczna, przynosi korzyści w rehabilitacji kompleksowej i podtrzymywaniu sprawności osób ze specjalnymi potrzebami.	K_W14	P7SM_WK03
UMIEJĘTNOŚCI			
U1	Potrafi przeprowadzić lekcję pływania używając fachowego nazewnictwa, z uwzględnieniem aspektów rozwojowych. Oraz przepłynąć wybranymi stylami pływackimi zgodnie z przepisami FINA.	K_U01	P7SM_UW07
KOMPETENCJE			
K1	Realizuje zadania w środowisku wodnym w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne, otoczenia i współpracowników, przestrzega zasad bezpieczeństwa pracy.	K_K09	P7SM_UO03
Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów kształcenia:			

1. Aby uzyskać zaliczenie Student musi być obecny na minimum 90 % zajęć (tzn. może opuścić jedno ćwiczenie).
2. Zaliczenie z oceną na podstawie przygotowania konspektu zajęć i prowadzenia zajęć we wskazanym temacie. Ocena prowadzenia oraz konspektu będą oceniane zgodnie z przyjętymi kryteriami oceny (zał. „Arkusze oceny”).
16-17 pkt - bardzo dobry
15 pkt - dobry plus
13-14 pkt - dobry
12 pkt - dostateczny plus
10-11 pkt – dostateczny
3. Zaliczenie sprawnościowe techniki pływania trzema stylami (50 m st. grzbietowym, klasycznym i dowolnym) na ocenę. Każdy element techniki, tj. ułożenie ciała i głowy, pracę ramion, pracę nóg, koordynację pracy całego ciała, wykonanie elementów technicznych, będzie oceniany w skali 1-3 pkt, gdzie 1 pkt oznacza wykonanie umożliwiające przepłynięcie, 2 pkt wykonanie z niewielkimi błędami, 3 pkt wykonanie poprawne. Ocena techniki po zsumowaniu poszczególnych elementów:
15-14 pkt - bardzo dobry
13 pkt - dobry plus
12-10 pkt - dobry
9 pkt - dostateczny plus
8-6 pkt - dostateczny
4. *Aby uzyskać zaliczenie zajęć (przedmiotu) na ocenę dostateczną student musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia.*

Wymagania zaliczenia przedmiotu dla studentów ze statusem Indywidualnej Organizacji Studiów (w tym % wymaganej obecności na zajęciach):

1. Aby uzyskać zaliczenie Student musi być obecny na minimum 50 % zajęć.
2. Zaliczenie z oceną na podstawie przygotowania konspektu zajęć i prowadzenia zajęć we wskazanym temacie. Ocena prowadzenia oraz konspektu będą oceniane zgodnie z przyjętymi kryteriami oceny (zał. „Arkusze oceny”).
16-17 pkt - bardzo dobry
15 pkt - dobry plus
13-14 pkt - dobry
12 pkt - dostateczny plus
10-11 pkt - dostateczny
3. Zaliczenie sprawnościowe techniki pływania trzema stylami (50 m st. grzbietowym, klasycznym i dowolnym) na ocenę. Każdy element techniki, tj. ułożenie ciała i głowy, pracę ramion, pracę nóg, koordynację pracy całego ciała, wykonanie elementów technicznych, będzie oceniany w skali 1-3 pkt, gdzie 1 pkt oznacza wykonanie umożliwiające przepłynięcie, 2 pkt wykonanie z niewielkimi błędami, 3 pkt wykonanie poprawne- zgodne z przepisami FINA. Ocena techniki po zsumowaniu poszczególnych elementów:
15-14 pkt - bardzo dobry
13 pkt - dobry plus
12-10 pkt - dobry
9 pkt - dostateczny plus
8-6 pkt - dostateczny
4. *Aby uzyskać zaliczenie zajęć (przedmiotu) na ocenę dostateczną student musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia.*

Metody i formy realizacji zajęć (przedmiotu):	Zajęcia praktyczne na pływalni. Informacje instruktażowe oraz wiedza teoretyczna przedstawiana w toku zajęć.
Treści kształcenia:	
<p><i>Ćwiczenia:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zapoznanie studenta z celami, efektami kształcenia i sposobami ich weryfikacji, treściami programowymi, literaturą oraz sprawami organizacyjnymi. Organizacja zajęć i zasady bezpieczeństwa podczas zajęć – omówienie. 2. Ćwiczenia oswajające z wodą, nauczanie oddychania w wodzie- omówienie i realizacja 3. Nauczanie naprzemiennej pracy nóg do grzbietu – omówienie i realizacja. 4. Nauczanie ruchów ramion do grzbietu- omówienie i realizacja. 5. Rotacja ciała pływaniu grzbietem – omówienie i realizacja. 6. Koordynacja pracy ramion i nóg w stylu grzbietowym – omówienie i realizacja. 7. Technika startu w stylu grzbietowym; procedura startowa wg. przepisów pływania FINA – omówienie i realizacja. 8. Technika nawrotu w stylu grzbietowym – omówienie i realizacja. 9. Nauczanie naprzemiennej pracy nóg do kraula – omówienie i realizacja. 10. Rotacja ciała w wodzie na piersiach jako element zmniejszający opór czołowy – omówienie i realizacja. 11. Nauczanie właściwej fazy pracy ramion połączonej z oddychaniem pływackim – omówienie i realizacja. 12. Przeniesienie ramienia nad wodą w kraulu – omówienie i realizacja. 13. Koordynacja pracy ramion z oddychaniem w kraulu – omówienie i realizacja. 14. Wślizgi do wody na głowę – omówienie i realizacja. 15. Technika startu w kraulu; procedura startowa wg. przepisów pływania FINA – omówienie i realizacja. 16. Technika nawrotu w kraulu – omówienie i realizacja. 17. Zaliczenie prowadzenia zajęć wg konspektu - st. grzbietowy. 18. Zaliczenie prowadzenia zajęć wg konspektu - st. dowolny. 19. Zaliczenie prowadzenia zajęć wg konspektu - st. klasyczny. 20. Zaliczenie techniki pływania stylem grzbietowym i dowolnym. 	
Forma zaliczenia:	Przygotowanie konspektu zajęć oraz prowadzenie zajęć we wskazanym temacie. Zaliczenie spawnościowe na ocenę.
Literatura:	

Podstawowa:

1. Bartkowiak E. (1999) *Pływanie sportowe. COS, Warszawa.*
2. Karpiński R. (2011) *Pływanie : podstawy techniki, nauczanie. AWF Katowice*
3. *Przepisy pływania FINA (2009) (2009-2017). PZP, Warszawa.*
4. Waade B. (red.) (2005): *Pływanie sportowe i ratunkowe. Teoria i metodyka. Gdańsk AWFIS.*

Uzupełniająca:

1. Bielec G., Klajman P. (2006): *Zabawy w wodzie głębokiej dla dzieci na początkowym etapie nauki pływania. Wychowanie fizyczne i zdrowotne, 2, 6-9.*
2. Czabański B. Filoń M (1991): *Elementy teorii pływania. AWF Wrocław.*
3. Dybińska E. (2010): *Uczenie i nauczanie pływania. AWF Kraków.*
4. Ostrowski A. (2003): *Zabawy i rekreacja w wodzie. Wyd. szkolne i pedagogiczne. Warszawa*

Bilans punktów ECTS (1 pkt ECTS – 25-30 godz. pracy studenta):

Aktywność	Obciążenie studenta	
	stacjonarne	niestacjonarne
Udział w ćwiczeniach	godz. 30	godz.20
Przygotowanie się do ćwiczeń	godz. 3	godz.8
Konsultacje	godz. 1	godz.1
Przygotowanie konspektu.	godz. 1	godz.5
	Całkowite obciążenie pracą studenta	godz. 35 godz. 30
	Punkty ECTS za zajęcia (przedmiot)	ECTS 1

*Typ zajęć (przedmiotu): obligatoryjny / do wyboru