



SYLABUS

DOTYCZY CYKLU KSZTAŁCENIA 2020-2022

(skrajne daty)

1.1. PODSTAWOWE INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

Nazwa przedmiotu	Podstawy pływania
Kod przedmiotu*	
Nazwa jednostki prowadzącej kierunek	Kolegium Nauk Medycznych
Nazwa jednostki realizującej przedmiot	Instytut Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Fizjoterapia
Poziom kształcenia	Studia II stopnia
Profil	Ogólnoakademicki
Forma studiów	Niestacjonarne
Rok i semestr studiów	II rok, 3 semestr
Rodzaj przedmiotu	Przedmiot treści do wyboru
Język wykładowy	Polski
Koordinator	Mgr Dorota Byjoś
Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących	Mgr Dorota Byjoś – ćwiczenia konwersatoryjne Mgr Bożena Nawrot – ćwiczenia konwersatoryjne

* - opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

1.2. Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

Semestr (nr)	Wykl.	Ćw.	Konw.	Lab.	Sem.	ZP	Prakt.	GN	Liczba pkt ECTS
1	-	-	15	-	-	-	-	10	1

1.3. Sposób realizacji zajęć

zajęcia w formie tradycyjnej

zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.4. Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Umiejętność współpracy w zespole, znajomość toku lekcyjnego i podstawowych wiadomości z gimnastyki korekcyjnej.

3. CELE, EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE I STOSOWANE METODY DYDAKTYCZNE

3.1. Cele przedmiotu

C1	Zdobycie przez studentów wiedzy teoretycznej dotyczącej wykorzystania środowiska wodnego w oddziaływaniu korekcyjno – leczniczym w przypadku wad postawy.
C2	Poznanie wybranych technik pływania oraz możliwości ich wykorzystania w postępowaniu terapeutycznym.
C3	Opanowanie umiejętności zorganizowania zajęć korekcyjnych z wykorzystaniem środowiska wodnego

3.2 EFEKTY UCZENIA SIĘ DLA PRZEDMIOTU

EK (efekt uczenia się)	Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych
EK_01	Posiada wiedzę w zakresie doboru różnych form adaptowanej aktywności ruchowej w rehabilitacji kompleksowej i podtrzymywaniu sprawności osób z różnymi dysfunkcjami z wykorzystaniem środowiska wodnego.	K_W27
EK_02	Potrafi wykorzystać wiedzę w zakresie pływania dla doboru różnych form zajęć rekreacyjnych z osobami niepełnosprawnymi. Potrafi programować zajęcia, posługiwać się stylami pływackimi i dobrać ćwiczenia w środowisku wodnym do danego schorzenia, dysfunkcji osoby niepełnosprawnej, jak również w treningu sportowym osoby niepełnosprawnej.	K_U08
EK_03	Posiada umiejętności ruchowe umożliwiające prezentację i naukę różnych form aktywności fizycznej w wodzie dla osób chorych i zdrowych w ramach terapii i rekreacji.	K_U09
EK_04	Potrafi podejmować samodzielnie decyzje oraz brać za nie odpowiedzialność w zakresie doboru ćwiczeń pływania korekcyjnego.	K_K04

3.3 TREŚCI PROGRAMOWE

A. Problematyka ćwiczeń konwersatoryjnych

Treści merytoryczne					
Zajęcia	organizacyjne,	przedstawienie	formy	zaliczenia	przedmiotu

oraz piśmiennictwa. Zasady BHP obowiązujące na pływalni, zapoznanie ze środowiskiem wodnym
Opanowanie podstawowych czynności w wodzie, nauka leżenia i poślizgów na piersiach i grzbiecie.
Opanowanie techniki pływania stylem grzbietowym.
Opanowanie techniki pływania stylem dowolnym.
Gry i zabawy w wodzie.
Wybrane formy terapii w wodzie.
Elementy postępowania korekcyjnego w wadach postawy z wykorzystaniem środowiska wodnego.
Elementy ratownictwa wodnego.
Zaliczenie praktyczne.

3.4 METODY DYDAKTYCZNE

Ćwiczenia konwersatoryjne: zajęcia praktyczne w wodzie, pokaz, prezentacja multimedialna, metoda zabawowa, praca w grupach.

Praca własna studenta: praca z piśmiennictwem

4 METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

Symbol efektu	Metody oceny efektów uczenia się (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć)	Forma zajęć dydaktycznych (w, ćw, ...)
EK_01	Przygotowanie konspektu zajęć pływania korekcyjnego	KONW.
EK_02, EK_03	Zaliczenie praktyczne – ocena umiejętności pływackich (technika) na odcinku 25 m oraz umiejętność przeprowadzenia ćw. terapeutycznych w wodzie	KONW.
EK_04	Obserwacja w trakcie zajęć	KONW.

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

Ćwiczenia konwersatoryjne

Ocena wiedzy (EK_01):

Przygotowanie konspektu zajęć pływania korekcyjnego

Zakres ocen:

5.0 – student wykazuje znajomość toku lekcji pływania korekcyjnego na poziomie 93%-100%

4.5 – student wykazuje znajomość toku lekcji pływania korekcyjnego na poziomie 85%-92%

4.0 – student wykazuje znajomość toku lekcji pływania korekcyjnego na poziomie 77%-84%

3.5 – student wykazuje znajomość toku lekcji pływania korekcyjnego na poziomie 69%-76%

3.0 – student wykazuje znajomość toku lekcji pływania korekcyjnego na poziomie 60%-68%

2.0 – student wykazuje znajomość toku lekcji pływania korekcyjnego na poziomie poniżej 60%

Ocena umiejętności (EK_02, EK_03):

Zaliczenie praktyczne – ocena umiejętności pływackich (technika) na odcinku 25 m

Zakres ocen:

5.0 – student demonstruje bezbłędnie technikę pływania dwoma stylami

4.5 – poprawnie demonstruje technikę pływania dwoma stylami

4.0 – poprawnie demonstruje technikę pływania dwoma stylami, jeden z drobnymi błędami technicznymi

3.5 – demonstruje technikę pływania dwoma stylami, obydwa z drobnymi błędami technicznymi

3.0 – poprawnie demonstruje technikę pływania jednym stylem, w drugim popełnia duże błędy techniczne

2.0 – student nie jest w stanie przepłynąć odcinka 25 m

Ocena kompetencji (EK_04):

Efekty z zakresu kompetencji społecznych będą oceniane przez prowadzącego w formie obserwacji w trakcie samodzielnego wykonywania powierzonych studentowi zadań podczas zajęć praktycznych na pływalni

zal- student aktywnie uczestniczy w zajęciach, jest przygotowany do zajęć, wykonuje polecenia prowadzącego, zachowuje odpowiednie zachowanie na zajęciach zapewniając bezpieczeństwo sobie i współwiczającym

nzal – student nie jest aktywny na zajęciach, często wykazuje się nieprzygotowaniem do zajęć, nie wykonuje poleceń prowadzącego, wykazuje się nieodpowiednią postawą do prowadzonych zajęć stwarzając zagrożenie bezpieczeństwa dla siebie jak i współwiczających

Ocenę pozytywną z przedmiotu można otrzymać wyłącznie pod warunkiem uzyskania pozytywnej oceny za każdy z ustanowionych efektów uczenia się.

Ocenę końcową z przedmiotu stanowi średnia arytmetyczna z ocen cząstkowych.

Istnieje możliwość zmiany formy zajęć oraz zaliczeń: kontaktowa / zdalna / hybrydowa zależnie od bieżącej sytuacji epidemicznej i po uzyskaniu zgody kierownika kierunku.

5. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia założonych efektów w godzinach oraz punktach ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów	15
Inne z udziałem nauczyciela akademickiego (udział w konsultacjach, egzaminie)	2
Godziny niekontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.)	8

SUMA GODZIN	25
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS	1

1. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

wymiar godzinowy	-
zasady i formy odbywania praktyk	-

2. LITERATURA

Literatura podstawowa:

1. Karpiński R., Karpiński M. Pływanie. Sport. Zdrowie. Rekreacja. AWF Katowice 2009.
2. Czarnota B., Drozd., Kołodziej R., Ostrowski P. Brożyna M., Godek Ł., Płonka A., Warchoń K. Ćwiczenia w nauczaniu i doskonaleniu stylów pływackich, Wydawnictwo UR Rzeszów 2020.
3. Wilczyński J., Korekcja wad postawy człowieka. Wyd. Anthropos, Starachowice 2006.
4. Kołodziej R., Tabaczek-Bejster I., Dudziak A., Ratownictwo wodne - wybrane zagadnienia. Wyd. UR Rzeszów 2013.

Literatura uzupełniająca:

1. Laughlin T., Pływanie dla każdego. Wyd. Buk Rower, Zielonka 2007.
2. Pływanie sportowe i ratunkowe. Teoria i metodyka. (red.) B. Waade, AWFIS, Gdańsk 2003.
3. Ostrowski A., Zabawy i rekreacja w wodzie. WSiP, Warszawa 2003.
4. Czabański B, Fiłon M, Zatoń K. Elementy teorii pływania. AWF, Wrocław 2003

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej