*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 12/2019*

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia** *2020/2021-2022/2023*

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2020/2021

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu/ modułu | Pływanie z metodyką |
| Kod przedmiotu/ modułu\* |  |
| Wydział (nazwa jednostki prowadzącej kierunek) | Kolegium Nauk Medycznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej |
| Kierunek studiów | Wychowanie Fizyczne |
| Poziom kształcenia | Studia pierwszego stopnia |
| Profil | Ogólnoakademicki |
| Forma studiów | Niestacjonarne |
| Rok i semestr studiów | 1/I, 1/II |
| Rodzaj przedmiotu | Sporty indywidulne |
| Koordynator | dr Bartłomiej Czarnota |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr hab. Sławomir Drozd, dr Rafał Kołodziej, mgr Maciej Brożyna |

\* *- zgodnie z ustaleniami na wydziale*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | **Liczba pkt. ECTS** |
| I | - | - | - | 1o | - | - | - | - | 2 |
| II | - | - | - | 10 | - | - | - | - | 2 |

1.2. Sposób realizacji zajęć

× zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3. Forma zaliczenia przedmiotu/ modułu ( z toku) *( egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny*)

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Zdolność wykonania podstawowych czynności w środowisku wodnym. Znajomość elementarnych technik pływackich na poziomie szkoły ponadpodstawowej |

1. cele, efekty kształcenia , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne
   1. Cele przedmiotu/modułu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Przekazanie podstawowych wiadomości z techniki pływania, hydrodynamiki pływania, metodyki nauczania. |
| C2 | Nauczenie sportowych technik pływackich. Ewaluacja technik utylitarnych do technik sportowych. |
| C3 | Przygotowanie do udziału w specjalizacji sportowej. |
| C4 | Zastosowanie podstawowych ćwiczeń w metodyce nauczania pływania: nazewnictwo, demonstracja. |

3.2 Efekty kształcenia dla przedmiotu/ Modułu ( *wypełnia koordynator*)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK ( efekt kształcenia) | Treść efektu kształcenia zdefiniowanego dla przedmiotu (modułu) | Odniesienie do efektów kierunkowych (KEK) |
| EK\_01 | metody, formy i środki stosowane w kształtowaniu zdolności pływackich oraz testy służące diagnozowaniu umiejętności pływackich;  odpowiednie metody, formy i środki do kształtowania zdolności pływackich;  Metody realizacji zadań ruchowych, nauczania ruchu; | K\_W07  K\_U04  SKN/WFI/W6 |
| EK\_02 | zasady bhp, które obowiązują w czasie lekcji pływania;  przygotować miejsce do zajęć z pływania z zachowaniem wszelkich zasad bhp; | K\_W14  K\_U12 |
| EK\_03 | wybrane przepisy dotyczące pływania sportowego; | K\_W17 |
| EK\_04 | budowa toku lekcyjnego w pływaniu; | K\_W18 |
| EK\_05 | demonstracja wybranych elementów technik pływackich; | K\_U07 |
| EK\_06 | dobór ćwiczeń kształtujących wybrane techniki pływackie;  Stosować czynności kontrolne, korygujące i naprowadzające w celu usuwania błędów przy nauczaniu lub doskonaleniu określonych umiejętności ruchowych; | K\_U09  SKN/WFI/U10 |
| EK\_07 | przeprowadzenie podstawowych form rywalizacji pływackiej  Konstruować narzędzia (sprawdziany i testy) do  kontroli i oceny nauczanych umiejętności ruchowych; | K\_U21  SKN/WFI/U9 |
| EK\_08 | aktualizowanie swojej wiedzy teoretycznej oraz  doskonalenia własnych umiejętności praktycznych z zakresu nauczania pływania | K\_K02 |
| EK\_09 | ustawiczne podnoszenia swoich kwalifikacji  pedagogicznych oraz merytorycznych w zakresie  nauczania pływania. | K\_K11 |
| EK\_10 | Wykorzystania w procesie wychowania fizycznego środków dydaktycznych, w tym przyborów, sprzętu i urządzeń sportowych, zastosowanie nowoczesnych technologii informacyjno-komputerowych oraz aplikacji internetowych do pomiaru indywidualnej  aktywności fizycznej; | SKN/WFI/W8 |
| EK\_11 | Identyfikować typowe ćwiczenia i zadania ruchowe z wymaganiami ogólnymi i szczegółowymi podstawy programowej, programu nauczania wychowania fizycznego w szkole podstawowej, rozwijać kompetencje kluczowe w procesie wychowania fizycznego na etapie szkoły podstawowej; | SKN/WFI/U1 |
| EK\_12 | Kształtowania umiejętności współpracy uczniów w grupach, drużynach i zastępach ćwiczebnych; | SKN/WFI/K5 |
| EK\_13 | Rozwijania u uczniów ciekawości, aktywności i samodzielności oraz logicznego i krytycznego myślenia w odniesieniu do różnorodnych indywidualnych i zespołowych form aktywności fizycznej; | SKN/WFI/K7 |

* 1. **TREŚCI PROGRAMOWE**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |

1. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Cechy środowiska wodnego i jego znaczenia dla ciała pływaka. |
| Techniki elementarne, utylitarne i sportowe w stylach pływackich;  - pozycja ciała w wodzie,  - wdech i wydech w technikach pływackich,  - efektywność napędu pracy nóg i ramion,  - rodzaje koordynacji,  - elementy techniczne; start i nawrót w stylach pływackich,  - techniki pływackie w metodyce nauczania pływania,  - ćwiczenia w nauczaniu pływania – zastosowanie, ocena. |

* 1. METODY DYDAKTYCZNE

Ćwiczenia: praca w grupach, ćwiczenia praktyczne

1. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów kształcenia

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów kształcenia  ( np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych ( w, ćw, …) |
| EK\_ 01 | Przygotowanie studenta do zajęć. Zaliczenie praktyczne umiejętności pływackich. Praktyczne zastosowanie metod realizacji zadań ruchowych w nauczaniu pływania – obserwacja w trakcie zajęć. | Ćwiczenia |
| Ek\_ 02 | Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętności pracy w grupie. Sprawozdanie. | Ćwiczenia |
| Ek\_ 03 | Ocena znajomości komend startowych w pływaniu. Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie. | Ćwiczenia |
| Ek\_ 04 | Konspekt lekcji z pływania. Przygotowanie studenta do zajęć. Zaliczenie praktyczne umiejętności pływackich i metodycznych | Ćwiczenia |
| Ek\_ 05 | Przygotowanie studenta do zajęć. Zaliczenie praktyczne umiejętności pływackich i metodycznych | Ćwiczenia |
| Ek\_ 06 | Praktyczne zastosowanie ćwiczeń w nauczaniu pływania. Przygotowanie studenta do zajęć. Zaliczenie praktyczne umiejętności pływackich i metodycznych | Ćwiczenia |
| Ek\_ 07 | Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie, obserwacja  Praktyczne zastosowanie komend startowych w pływaniu. | Ćwiczenia |
| Ek\_ 08 | Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie, obserwacja | Ćwiczenia |
| Ek\_ 09 | Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie, obserwacja | Ćwiczenia |
| Ek\_ 10 | Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie, obserwacja . Praktyczne zastosowanie przyborów wypornościowych w nauczaniu i doskonalenie pływania. | Ćwiczenia |
| Ek\_ 11 | Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie, obserwacja. Ogólnopolski Program Nauczania Pływania Polskiego Związku Pływackiego. | Ćwiczenia |
| Ek\_ 12 | Przygotowanie studenta do zajęć. Obserwacja i ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie. | Ćwiczenia |
| Ek\_ 13 | Przygotowanie studenta do zajęć. Ocena postaw społecznych studenta w trakcie zajęć, umiejętność pracy w grupie, obserwacja. | Ćwiczenia |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| 1. Zaliczenie z oceną 2. Ustalenie oceny końcowej na podstawie ocen cząstkowych   - ocena techniki pracy nóg w stylach pływackich na dystansie 25 metrów, zaliczenie praktyczne  - ocena techniki z limitem czasowym na dystansie 50 metrów w stylach pływackich, zaliczenie praktyczne  - ocena umiejętności pokazu i zastosowania ćwiczeń w nauczaniu pływania  50% stanowi ocena z sprawdzianów pływackich, 25% ocena umiejętności pokazu i zastosowania ćwiczeń w nauczaniu pływania, 25% ocena aktywności na zajęciach, realizacji zadań, pracy w grupie oraz postaw społecznych studenta w trakcie zajęć  Oceny cząstkowe przeliczane są na procenty, którym odpowiadają oceny  do 50% niedostateczny, 50% - 60% dostateczny, 61% - 70% dostateczny plus, 71% - 80% dobry, 81% - 90% dobry plus, 91% - 100% bardzo dobry |

1. 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 | 20 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | 45 |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta  (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 35 |
| SUMA GODZIN | 100 |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 4 |

1. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU/ MODUŁU

|  |  |
| --- | --- |
| wymiar godzinowy | - |
| zasady i formy odbywania praktyk | - |

1. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:   1. Bartkowiak E.(1999): Pływanie sportowe. AWF, Warszawa 2. Bartkowiak E.(1997): Program szkolenia dzieci i młodzieży. AWF, Warszawa 3. Bartkowiak E., Witkowski M.(1986): Nauczanie techniki pływania. Podstawy bezpieczeństwa w wodzie. MAW, Warszawa 4. Ciereszko J., Grądcka E.(2003): Pływanie. AWF, Poznań 5. Czabański B., Fiłon M., Zatoń K. (2003):   Elementy teorii pływania. AWF, Wrocław   1. Dybińska E., Wójcicki A. (1996): Wskazówki metodyczne do nauczania uczania pływania AWF,   Kraków   1. Dybińska E., Wójcicki A. (1996): Uczenie się i nauczanie pływania. AWF,   Kraków   1. Karpiński R.(2001): Pływanie. AWF, Katowice 2. Kucia K., Stachura A.(2014): Ogólnopolski Program Nauczania Pływania.   Polski Związek Pływacki  10. Warchoł K. (2015): Podstawy współczesnej metodyki wychowania fizycznego  Wydawnictwa Oświatowe FOSZE, Rzeszów  11. Wiesner W. (1997): Pływanie. AWF, Wrocław  12. Wiesner W. (1999): Nauczanie – uczenie się  pływania. AWF, Wrocław |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej