

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Sport

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: bez specjalności

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Pływanie rekreacyjne
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Recreational Swimming
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASE1
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty do wyboru
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	4 5

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
4	0	13	0	0	0
5	0	13	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cell Dostarczanie wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych umożliwiających organizację i prowadzenie zajęć rekreacyjnych w wodzie z ludźmi na różnych poziomach umiejętności pływackich; dostarczanie wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych umożliwiających zastosowanie kompetencji pływackich dla potrzeb rekreacyjnych i użytkowych.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Posiadanie umiejętności pływania oraz wiedzy w zakresie teorii pływania, technik pływania, metodyki i organizacji nauczania pływania.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Zna terminologię i posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka.
- EK2 Wiedza: Potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować ćwiczenia wszechstronne, ukierunkowane i specjalne z zakresu sportów indywidualnych i zespołowych
- EK3 Kompetencje społeczne: Dbą o swój poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, modelowania zachowań związanych z prowadzeniem aktywnego stylu życia, postaw prosumatycznych i prozdrowotnych; przestrzega zasad higieny aparatu głosowego, ujawnia prawidłowe nawyki posługiwania się narządem mowy w działalności zawodowej

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Organizacja i kryteria doboru zabaw, konkursów i gier w wodzie, Przygotowanie miejsca, stosowanie przyborów, Ocena umiejętności wstępnych studentów.	2
Ć2	Zabawy z elementami brożenia w wodzie	2
Ć3	Konkursy z elementami brożenia w wodzie - dla nieumiejących pływać.	2
Ć4	Zabawy z elementami kształtującymi umiejętności pływackie.	2
Ć5	Konkursy z elementami kształtującymi umiejętności pływackie	2
Ć6	Zabawy z elementami nurkowania z zatrzymanym oddechem.	2
Ć7	Konkursy z elementami nurkowania z zatrzymanym oddechem.	2
Ć8	Gry z elementami nurkowania z zatrzymanym oddechem.	2
Ć9	Gry w wodzie z wykorzystaniem elementów zespołowych gier sportowych	2
Ć10	Gry w wodzie z wykorzystaniem elementów popularnych gier rekreacyjnych	2
Ć11	Organizacja plenerowej imprezy rekreacyjnej typu: festyn, spartakiada.	2
Ć12	Organizacja imprezy rekreacyjnej na obiektach krytych typu: Święto Sportu	2
Ć13	Organizacja imprezy otwartej dla środowiska studenckiego: turniej gry w piłkę koszykową i siatkową w wodzie.	2
	RAZEM	26

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Praca w grupach
- M2 Sesje rozwiązywania problemu
- M3 Praca z podręcznikiem



M4 Konsultacje
M5 Dyskusja
M6 Projekty

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	26
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	16
Opracowanie wyników	2
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	6
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Ćwiczenie praktyczne
F2	Projekt indywidualny
F3	Aktywność na zajęciach

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Średnia ważona ocen formułujących
----	-----------------------------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Realizacja projektu indywidualnego
---	------------------------------------

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Zna terminologię i posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka w środowisku wodnym uzyskaną na zajęciach praktycznych.
NA OCENĘ 4	Zna terminologię i posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka w środowisku wodnym uzyskaną na zajęciach praktycznych i literatury podstawowej.
NA OCENĘ 5	Zna terminologię i posiada podstawową wiedzę z zakresu sprawności fizycznej i motoryczności człowieka w środowisku wodnym uzyskaną na zajęciach praktycznych i literatury podstawowej oraz uzupełniającej.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować ćwiczenia wszechstronne, ukierunkowane i specjalne z zakresu pływania rekreacyjnego na poziomie podstawowym



NA OCENĘ 4	Potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować ćwiczenia wszechstronne, ukierunkowane i specjalne z zakresu pływania rekreacyjnego na poziomie dobrym
NA OCENĘ 5	Potrafi wykonywać, demonstrować, asekurować ćwiczenia wszechstronne, ukierunkowane i specjalne z zakresu pływania rekreacyjnego na poziomie bardzo dobrym
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Dbą o swój poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, modelowania zachowań związanych z prowadzeniem aktywnego stylu życia, postaw.
NA OCENĘ 4	Dbą o swój poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, modelowania zachowań związanych z prowadzeniem aktywnego stylu życia, postaw, angażuje się do upowszechniania pływania rekreacyjnego w grupie.
NA OCENĘ 5	Dbą o swój poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, modelowania zachowań związanych z prowadzeniem aktywnego stylu życia, postaw, angażuje się do upowszechniania pływania rekreacyjnego w środowisku studenckim i środowisku studenckim

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W15, K_W18, K_U03, K_U07, K_U14, K_U17, K_K08	Cel1	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12		F3 F2 F1
EK2	K_W15, K_W18, K_U03, K_U07, K_U14, K_U17, K_K08	Cel1	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13		F3 F2 F1 P1
EK3	K_W15, K_W18, K_U03, K_U07, K_U14, K_U17, K_K08	Cel1	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13		F3 F2 F1 P1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Ostrowski A. — *Zabawy i rekreacja w wodzie*, Kraków, 2003, WSiP
- 2 Dybińska E. — *Uczenie się i nauczanie pływania*, Kraków, 2009, AWF Kraków

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Karpiński R — *Pływanie - sport, zdrowie, rekreacja*, Katowice, 2008, AWF Katowice



12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Andrzej Ostrowski (kontakt: andrzejostrowski@poczta.fm)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Andrzej Ostrowski (kontakt: andrzejostrowski@poczta.fm)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)	(odpowiedzialny za przedmiot)	(kierownik)	(dziekan)
---------------------	-------------------------------	-------------	-----------

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....