



Cele kształcenia: (max. 6 pozycji) C1. Przygotowanie studentów do dbania o harmonijny rozwój organizmu. C2. Przekazanie wiedzy o planowaniu i realizacji zdrowego stylu życia. C3. Motywacja do podejmowania aktywności ruchowej w celach zdrowotnych. C4. Doskonalenie umiejętności współpracy w grupie. C5. Wyposażenie studentów w wiedzę i umiejętności koniecznych do uczestnictwa w wybranych formach aktywności fizycznej.				
Macierz efektów kształcenia dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów kształcenia oraz formy realizacji zajęć:				
Numer efektu kształcenia przedmiotowego	Numer efektu kształcenia kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów kształcenia (formujące i podsumowujące)	Forma zajęć dydaktycznych ** wpisz symbol
W 01	A.W9. B.W12. C.W6. C.W11. D.W8.	- opisuje zmiany zachodzące w organizmie człowieka pod wpływem wysiłku fizycznego na basenie - wymienia zasady edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia - zna teoretyczne i metodyczne podstawy procesu uczenia się i nauczania czynności ruchowych na przykładzie pływania; - opisuje zasady doboru różnych form adaptowanej aktywności fizycznej, sportu, turystyki oraz rekreacji - omawia zasady wykonania wybranych testów wysiłkowych na basenie	Obserwacja bezpośrednia aktywności i postaw studenta.	WF
U 01	A.U6. B.U4. C.U7. C.U15.	- przeprowadza ocenę zdolności wysiłkowej poprzez wybraną próbę na basenie - organizuje działania ukierunkowane na edukację zdrowotną i promocję zdrowia - wykazuje umiejętności ruchowe konieczne do demonstracji i zapewnienia bezpieczeństwa podczas wykonywania poszczególnych stylów pływackich; - prowadzi część zajęcia z zakresu pływania - demonstruje elementy techniki i taktyki w wybranych technik	Praca w grupie, współdziałanie podczas aktywności ruchowej Obserwacja bezpośrednia	WF



		pływackich		
** WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe (niekliniczne); CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CM - ćwiczenia specjalistyczne (mgr); CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; LE - lektoraty; zajęcia praktyczne przy pacjencie - PP ; WF - zajęcia wychowania fizycznego (obowiązkowe); PZ - praktyki zawodowe; SK - samokształcenie, EL - E-learning.				
Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw: Wiedza: 2 Umiejętności: 4				
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):				
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)			Obciążenie studenta (h)	
1. Godziny kontaktowe:			24	
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):			16	
Sumaryczne obciążenie pracy studenta			40	
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu				
Uwagi				
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)				
Wykłady 1. 2. 3.				
WF: 1. Zajęcia organizacyjne, ustalenie zasad pracy na zajęciach oraz bezpieczeństwa na basenie. Ćwiczenia osławajające z wodą. 2. Poznajemy zagadnienia z zakresu wpływu pływania na ludzki organizm. 3. Przypomnienie elementów techniki poszczególnych stylów pływackich. 4. Podnoszenie wytrzymałości w pływaniu, ćwiczenia kształtujące wytrzymałość. 5. Doskonalenie nurkowania i poszukiwania przedmiotów zanurzonych w wodzie. 6. Przypomnienie zasad pracy kończyn górnych i dolnych w stylu grzbietowym. 7. Przypomnienie zasad pracy kończyn górnych i dolnych w stylu dowolnym. 8. Przypomnienie zasad pracy kończyn górnych i dolnych w stylu klasycznym. 9. Przypomnienie zasad pracy kończyn górnych i dolnych w stylu motylkowym. 10. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu grzbietowym z przyborem. 11. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu dowolnym z przyborem. 12. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu klasycznym z przyborem. 13. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu motylkowym z przyborem. 14. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu grzbietowym. 15. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu dowolnym. 16. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu klasycznym. 17. Doskonalenie pracy kończyn górnych i dolnych w stylu motylkowym. 18. Przypomnienie zasad wykonywania skoków do wody oraz skoku ratowniczego. 19. Doskonalenie wykonania skoków do wody oraz skoku ratowniczego.				



<p>20. Doskonalenie skoku do wody na główkę. 21. Doskonalenie zasad holowania w wodzie. 22. Doskonalenie pływania poznanymi stylami pływackimi. 23. Poznajemy ćwiczenia w wodzie do wykorzystania w korekcji wad postawy. 24. Doskonalenie pływania korekcyjnego. 25. Sprawdzamy umiejętności pływackie- zawody.</p>	
Ćwiczenia	
Inne <i>itd...</i>	
Literatura podstawowa: 1. Głąb S. Wybór ćwiczeń w nauczaniu sportowych technik pływania. Wyd. Fregata 2015. 2. Łubkowska W., Szark-Eckardt M., Korygowanie postawy ciała poprzez pływanie i ćwiczenia w wodzie. Bydgoszcz 2015. 3. Owczarek S. Korekcja wad postawy - pływanie i ćwiczenia w wodzie. WSIP 1999.	
Literatura uzupełniająca i inne pomoce: 1. Karpiński R. , Pływanie podstawowe techniki – nauczanie. AWF Katowice 2011	
Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: (np. laboratorium, rzutnik multimedialny, inne...) Deski do pływania, ósemki i inne przybory pomocnicze do wykorzystania na basenie.	
Warunki wstępne: (minimalne warunki, jakie powinien student spełnić przed przystąpieniem do modułu/przedmiotu) Brak przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w zajęciach z wychowania fizycznego.	
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: 1. Obecność na zajęciach. 2. Aktywny udział w zajęciach.	
Ocena:	Kryteria oceny zaliczenia przedmiotu
Bardzo dobra (5,0)	Student bardzo dobrze z zaangażowaniem wykonuje zadania indywidualne i grupowe. Bardzo dobrze poznał i opanował poznane elementy technik pływackich, potrafi je zademonstrować oraz zna zasady bezpiecznej organizacji zajęć. Chętnie i aktywnie oraz w prawidłowy sposób wykonuje ćwiczenia.
Ponad dobra (4,5)	Student dobrze wykonuje zadania indywidualne i grupowe. Dobrze poznał i opanował zasady poznane elementy technik pływackich, potrafi je zademonstrować oraz stosuje się do zasad bezpiecznej organizacji zajęć. Chętnie i aktywnie oraz w prawidłowy sposób wykonuje ćwiczenia.
Dobra (4,0)	Student dobrze wykonuje zadania indywidualne i grupowe. Dobrze poznał zasady większości technik pływackich, potrafi niektóre z nich zademonstrować oraz stosuje się do zasad bezpiecznej organizacji zajęć. Stara się w prawidłowy sposób wykonywać ćwiczenia.
Dość dobra (3,5)	Student wystarczająco dobrze wykonuje zadania indywidualne i grupowe. Wystarczająco poznał i opanował zasady podstawowych technik pływackich,



	potrafi niektóre z nich zademonstrować oraz stosuje się do zasad bezpiecznej organizacji zajęć. Stara się w prawidłowy sposób wykonywać ćwiczenia.
Dostateczna (3,0)	Student nie wystarczająco dobrze wykonuje zadania indywidualne i grupowe. Nie poznał i nie opanował wystarczająco zasady podstawowych technik pływackich, potrafi niektóre z nich zademonstrować oraz stosuje się do zasad bezpiecznej organizacji zajęć. Niezbyt chętnie wykonuje zadawane ćwiczenia.

Nawa jednostki prowadzącej przedmiot:	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu
Adres jednostki	ul. Wojciecha z Brudzewa 12a, 51-601 Wrocław
Nr telefonu	tel. 71 348 65 09
E-mail	swf@umed.wroc.pl

Osoba odpowiedzialna za przedmiot:	dr Aureliusz Kosendiak
Nr telefonu	tel. 71 3486509
E-mail	aureliusz.kosendiak@umed.wroc.pl

Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia:	stopień/tytuł naukowy lub zawodowy	dziedzina naukowa	Wykonywany zawód	Forma prowadzenia zajęć
Gabriela Jednorat	Dr nauk o kulturze fizycznej	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	wf
Sara Bajura	Mgr fizjoterapii	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	wf
Aureliusz Kosendiak	Dr nauk o kulturze fizycznej	Nauki o zdrowiu	Nauczyciel akademicki	wf

Data opracowania sylabusu

Sylabus opracował(a)

25.02.2020 r.

dr Gabriela Jednorat

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

.....

Podpis Dziekana właściwego wydziału

.....