

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2013/2014

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Gimnastyka korekcyjna

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Teoria i metodyka pływania i ratownictwa wodnego
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Theory and Methodology of Swimming and Water Rescue
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASC29
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty kierunkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	2 3 4 5

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
2	0	15	0	0	0
3	0	15	0	0	0
4	0	15	0	0	0
5	0	15	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Przygotowanie studentów do prowadzenia zajęć z zakresu pływania i elementów ratownictwa wodnego w szkołach wszystkich szczebli.
- Cel2 Przedstawienie roli i znaczenia pływania oraz bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej w środowisku wodnym w systemie wychowania fizycznego i przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej.
- Cel3 Zaznajomienie z walorami zdrowotnymi, wychowawczymi i sportowymi bezpiecznej aktywności fizycznej w środowisku wodnym (pływania i ratownictwa wodnego).

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Wiedza i umiejętności z zakresu pływania i ratownictwa wodnego określonego wymaganiami egzaminu wstępnego do Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie, a nabyte w trakcie zajęć programowego wychowania fizycznego w szkołach wszystkich szczebli.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: zna terminologię i posiada wiedzę z zakresu techniki i bezpieczeństwa oraz metodyki nauczania pływania i elementów ratownictwa wodnego.
- EK2 Wiedza: potrafi wykonywać i demonstrować podstawowe elementy techniki pływania i ratownictwa wodnego.
- EK3 Wiedza: posiada umiejętność nauczania podstawowych elementów technik pływania i ratownictwa, potrafi indywidualizować zadania i dostosowywać treści i metody kształcenia do potrzeb i możliwości uczniów
- EK4 Wiedza: potrafi organizować, prowadzić i sędziować zawody sportowe z zakresu pływania i ratownictwa wodnego.
- EK5 Kompetencje społeczne: realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia, przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach oraz dba o swój poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Omówienie przepisów BHP. Informacja o przedmiocie i kryteriach zaliczenia. Ocena poziomu umiejętności pływania technikami kraulowymi.	1
Ć2	Człowiek w środowisku wodnym fizyczne właściwości środowiska wodnego metodyka nauczania pływackich czynności motorycznych - kraul na grzbiecie.	1
Ć3	Podstawowe przepisy FINA dotyczące stylu grzbietowego. Fizjologiczne aspekty aktywności ruchowej w wodzie. Wskazówki metodyczne do nauczania elementów techniki pływania kraulem na grzbiecie - położenie ciała i praca kończyn dolnych.	1
Ć4	Sprawdzian wiedzy z przepisów FINA dotyczących stylu grzbietowego. Metodyka nauczania pracy kończyn górnych.	1
Ć5	Rodzaje koordynacji oddechowej oraz pracy kończyn górnych i dolnych. Metodyka nauczania i doskonalenia standardowej techniki pływania kraulem na grzbiecie.	1
Ć6	Technika startu i nawrotu bez zmiany położenia ciała na piersi, stosowanych w stylu grzbietowym. Systematyka ćwiczeń i zarys metodyki nauczania w/w umiejętności pływackich.	1
Ć7	Metody usprawniające transfer informacji wizualnej i werbalnej w nauczania pływania. Doskonalenie elementów techniki, przygotowanie do zaliczenia. Rejestracja i wstępne analizy nagrań video dotyczących umiejętności pływania kraulem na grzbiecie.	1
Ć8	Zaliczenie praktyczne.	1

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć9	Podstawowe parametry kinematyczne pływania oraz proste sposoby ich oceny. Technika pływania kraulem na poziomie standardowym. Systematyka ćwiczeń i wskazówki metodyczne w nauczaniu kraula - położenie ciała, oddychanie i praca kończyn dolnych.	1
Ć10	Podstawowe przepisy FINA dotyczące stylu dowolnego. Zarys metodyki nauczania pracy kończyn górnych w kraulu.	1
Ć11	Metodyka nauczania i doskonalenia techniki kraula na poziomie standardowym - koordynacja pracy kończyn górnych i oddychania.	1
Ć12	Sprawdzian wiedzy z przepisów FINA dotyczących stylu dowolnego. Wskazówki metodyczne do nauczania techniki kraula - prawidłowa koordynacja pracy kończyn dolnych, górnych i oddychania.	1
Ć13	Metodyka nauczania skoku startowego i nawrotu do stylu dowolnego. Rejestracja umiejętności pływania kraulem i wstępna analiza nagrań video.	1
Ć14	Doskonalenie elementów techniki pływania kraulem, przygotowanie do zaliczenia.	1
Ć15	Zaliczenie praktyczne.	1
Ć16	Technika pływania stylem klasycznym na poziomie standardowym. Systematyka ćwiczeń w nauczaniu "żabki"	1
Ć17	Elementy historii pływania. Metodyka nauczania stylu klasycznego - praca kończyn dolnych, położenie ciała i oddychanie.	1
Ć18	Sprawdzian wiedzy z zakresu techniki pływania i przepisów FINA dotyczących stylu klasycznego. Wskazówki metodyczne do nauczania pracy kończyn górnych w stylu klasycznym.	1
Ć19	Koordynacja ruchów kończyn górnych i dolnych oraz oddychania w stylu klasycznym - metodyka nauczania i doskonalenia.	1
Ć20	Technika startu i nawrotu w stylu klasycznym - wskazówki metodyczne do nauczania i doskonalenia. Rejestracja umiejętności pływania stylem klasycznym. W oparciu o nagrania video samoocena poziomu techniki, wspierana oceną nauczyciela.	1
Ć21	Zaliczenie praktyczne - styl klasyczny.	1
Ć22	Ewolucja techniki pływania delfinem. Przepisy FINA dotyczące stylu motylkowego. Metodyka nauczania i doskonalenia pracy nóg do pływania delfinem.	1
Ć23	Wskazówki metodyczne do nauczania i doskonalenia techniki pływania delfinem - systematyka ćwiczeń w nauczaniu i doskonaleniu pracy nóg oraz zmian kąta natarcia i skoordynowanego oddychania.	1
Ć24	Technika i metodyka nauczania pracy ramion oraz koordynacji ruchów z oddychaniem w stylu motylkowym.	1
Ć25	Sprawdzian wiedzy z przepisów FINA i zagadnień dotyczących techniki pływania delfinem. Rejestracja i analiza umiejętności pływania delfinem oraz zespołowe (2, 3) nauczanie, doskonalenie, korygowanie dostrzeżonych braków.	1
Ć26	Nawrót w stylu motylkowym - technika i metodyka nauczania. Gry i zabawy z wykorzystaniem symetrycznych technik pływackich.	1
Ć27	Przygotowanie do zaliczenia praktycznego. Doskonalenie techniki pływania delfinem na poziomie standardowym. Rejestracja umiejętności pływania stylem motylkowym z zastosowaniem wielokamerowego systemu nagrań. wskazówki do przygotowania indywidualnie dostosowanej jednostki lekcyjnej dotyczącej opanowania techniki pływania delfinem.	1
Ć28	Przygotowanie do zaliczenia praktycznego - zajęcia konsultacyjne. Realizacja opracowanych na podstawie analizy nagrań i dokonanej oceny techniki pływania zadań lekcyjnych.	1
Ć29	Zaliczenie praktyczne - styl motylkowy (delfin)	1
Ć30	Zaliczenia praktyczne - techniki pływania na poziomie standardowym	1



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć31	Organizacja zajęć. Etapy zdobywania kompetencji pływackich. Uczenie się i nauczanie podstawowych umiejętności pływackich.	1
Ć32	Adaptacja wstępna do środowiska wodnego w aspekcie warunków fizycznych wody. Lęk przed wodą.	1
Ć33	Ćwiczenia pierwszego etapu nauczania pływania. Specyfika oddychania w środowisku wodnym.	1
Ć34	Ćwiczenia pierwszego etapu nauczania pływania - zanurzanie twarzy, otwieranie oczu, orientacja pod wodą.	1
Ć35	Ćwiczenia pierwszego etapu nauczania pływania nauka specyficznego oddychania, zapoznanie z wyporem wody, nauka leżenia i poślizgów na piersiach i grzbiecie.	1
Ć36	Zabawa jako metoda nauczania czynności pływackich zabawy emocjonujące i dydaktyczne. Przybory dydaktyczne w nauczaniu pływania.	1
Ć37	Elementarne skoki do wody. Opanowanie ruchów kończyn dolnych do pływania na piersiach i grzbiecie. Elementarna technika pływania.	1
Ć38	Organizacja i przygotowanie lekcji pływania. Budowa toku lekcyjnego. Formy organizacyjne przebiegu ćwiczeń w lekcji pływania.	1
Ć39	Komunikacja dydaktyczna w lekcji pływania. Środki natychmiastowej informacji w nauczaniu czynności pływackich.	1
Ć40	Planowanie nauki pływania, kontrola i ocena wyników nauczania oraz dokumentacja.	1
Ć41	Metodyka nauczania technik pływania kraul na grzbiecie i kraul na piersiach.	1
Ć42	Metodyka nauczania technik pływania styl klasyczny i styl motylkowy.	1
Ć43	Podstawy ratownictwa wodnego auto-asekuracja w ćwiczeniach. Zasady bezpieczeństwa w czasie ćwiczeń w wodzie, procedury postępowania w razie wypadku oraz udzielania pierwszej pomocy.	1
Ć44	Zasady organizacji oraz przeprowadzania imprez pływackich festynów dla dzieci i młodzieży.	1
Ć45	Zaliczenie przedmiotu	1
Ć46	Zajęcia organizacyjne. Zasady bezpieczeństwa w czasie prowadzenia zajęć w wodzie. Doskonalenie poznanych sposobów pływania.	1
Ć47	Nauczanie techniki nawrotów pomiędzy stylem motylkowym i grzbietowym. Doskonalenie techniki stosowanej w pływaniu stylem grzbietowym (kraul na grzbiecie).	1
Ć48	Nauczanie techniki nawrotów pomiędzy stylem grzbietowym i klasycznym. Doskonalenie techniki pływania stosowanej w stylu klasycznym (żabka).	1
Ć49	Nauczanie techniki nawrotów pomiędzy stylem klasycznym i dowolnym (kraulem na piersiach). Doskonalenie techniki stosowanej w pływaniu stylem dowolnym (kraul na piersiach).	1
Ć50	Doskonalenie skoku startowego. Doskonalenie techniki pływania stosowanej w stylu motylkowym (delfin).	1
Ć51	Metody treningowe stosowane w treningu pływaków metoda ciągła o stałej intensywności.	1
Ć52	Metody treningowe stosowane w treningu pływaków metoda ciągła o zmiennej intensywności.	1
Ć53	Metody treningowe stosowane w treningu pływaków metoda interwałowa.	1
Ć54	Metody treningowe stosowane w treningu pływaków metoda powtórzeniowa.	1
Ć55	Elementy ratownictwa wodnego nurkowanie z zatrzymanym oddechem.	1
Ć56	Elementy ratownictwa wodnego sposoby wejścia do wody (skok ratowniczy) i dopłynięcia do osoby tonącej. Ćwiczenia przygotowujące do holowania i holowanie osoby osłabionej.	1
Ć57	Elementy ratownictwa wodnego Ćwiczenia przygotowujące do holowania i holowanie osoby nieprzytomnej.	1



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć58	Elementy ratownictwa wodnego Ćwiczenia przygotowujące do holowania i holowanie osoby agresywnej. Postępowanie w czasie akcji ratowniczej na pływalni.	1
Ć59	Zaliczenie 100 m stylem zmiennym na czas Metody treningowe stosowane w treningu pływaków metoda startowa.	1
Ć60	Zaliczenie akcji ratowniczej: skok ratowniczy, dopłynięcie do tonącego, zanurzenie się z powierzchni wody, podjęcie tonącego, hodowanie do bezpiecznego miejsca sposobem żeglarskim lub oburącz pod pachy.	1
	RAZEM	60

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Prezentacje multimedialne

M2 Konsultacje

M3 Studium przypadku

M4 Praca w grupach

M5 ćwiczenia praktyczne - wykorzystanie metody syntetycznej, analitycznej, mieszanej w nauczaniu ruchu, metoda zadaniowa, metoda problemowa i metoda prewencyjna

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	60
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	20
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	7
ocena, samoocena techniki pływania na poziomie standardowym	8
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4

9 METODY OCENY

Zaliczenie ćwiczeń - sem II i III obejmuje: uczestniczenie w zajęciach, zaliczenie sprawdzianów teoretycznych i praktycznych; sem. IV i V: uczestniczenie w zajęciach, prowadzenie zajęć, sedziowanie i zaliczenie sprawdzianów teoretycznych i praktycznych. Zaliczenie przedmiotu - egzamin.

**OCENA FORMUJĄCA**

F1	Ćwiczenie praktyczne
F2	Aktywność na zajęciach
F3	Test
F4	Projekt indywidualny
F5	Obserwacja
F6	Projekt zespołowy

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin pisemny
P2	Średnia ważona ocen formułujących

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Zaliczenie ćwiczeń w semestrze II i III obejmuje: uczestniczenie w zajęciach, zaliczenie sprawdzianów teoretycznych i pokaz czterech technik pływania na poziomie standardowym.
2	Zaliczenie ćwiczeń w semestrze IV i V obejmuje: uczestniczenie w zajęciach, prowadzenie zajęć, sędziowanie, zaliczenie sprawdzianów teoretycznych i praktycznych.
3	Egzamin końcowy

OCENA AKTYWNOŚCI STUDENTA BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO

1	Ćwiczenie praktyczne
2	Test
3	Projekt indywidualny
4	Projekt zespołowy

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	5-6 punktów z testu oceniającego wiedzę z zakresu czterech technik pływackich, przepisów FINA i metodyki nauczania elementów pływania i ratownictwa wodnego.
NA OCENĘ 4	7-8 punktów z testu oceniającego wiedzę z zakresu czterech technik pływackich, przepisów FINA i metodyki nauczania elementów pływania i ratownictwa wodnego.
NA OCENĘ 5	9-10 punktów z testu oceniającego wiedzę z zakresu czterech technik pływackich, przepisów FINA i metodyki nauczania elementów pływania i ratownictwa wodnego.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Sem. II i III: poprawne technicznie wykonanie w tempie demonstracyjnym czterech technik pływania. Dopuszcza się uproszczone warianty zaliczanych technik pływania oraz odchylenia i niedostatki. Sem. IV i V: czas konkurencji 100 stylem zmiennym 1:45,1 - 2:05 dla kobiet i 1:35,1 - 1:55 dla mężczyzn. Zaliczenie akcji ratowniczej z poprawnym zaznaczeniem elementów: skok ratowniczy, dopłynięcie do tonącego, zanurzenie się z powierzchni wody, podjęcie tonącego, hodowanie do bezpiecznego miejsca sposobem żeglarskim lub oburącz pod pachy.
NA OCENĘ 4	Sem. II i III: poprawne technicznie i płynne wykonanie w tempie demonstracyjnym czterech technik pływania. Dopuszcza się niewielkie odchylenia i niedostatki w prezentowanej technice. Sem. IV i V: czas konkurencji 100 stylem zmiennym 1:35,1 - 1:45 dla kobiet i 1:25,1 - 1:35 dla mężczyzn. Zaliczenie akcji ratowniczej z płynnym zaznaczeniem elementów: skok ratowniczy, dopłynięcie do tonącego, zanurzenie się z powierzchni wody, podjęcie tonącego, hodowanie do bezpiecznego miejsca sposobem żeglarskim lub oburącz pod pachy.



NA OCENĘ 5	Sem. II i III: poprawne technicznie, płynne i skuteczne wykonanie w tempie demonstracyjnym czterech technik pływania. Sem. IV i V: czas konkurencji 100 stylem zmiennym do 1:35 dla kobiet i do 1:25 dla mężczyzn. Płynne i skuteczne zaliczenie akcji ratowniczej: skok ratowniczy,
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	prawidłowo przygotowany scenariusz lekcji i bezpieczne praktyczne przeprowadzenie zajęć
NA OCENĘ 4	prawidłowo przygotowany scenariusz lekcji i bezpieczne oraz poprawne praktyczne przeprowadzenie zajęć
NA OCENĘ 5	prawidłowo przygotowany scenariusz lekcji i bezpieczne oraz poprawne praktyczne przeprowadzenie zajęć, a także umiejętne dostosowanie treści i metod do potrzeb i możliwości ćwiczących
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	zaliczenie testu z przepisów dotyczących zawodów pływackich
NA OCENĘ 4	zaliczenie testu z przepisów dotyczących zawodów pływackich oraz praktyczne zaliczenie sędziowania
NA OCENĘ 5	bezbłędne zaliczenie testu z przepisów dotyczących zawodów pływackich oraz praktyczne zaliczenie sędziowania i udziału w organizacji zawodów
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	nie więcej niż 3 nieobecności na zajęciach w semestrze
NA OCENĘ 4	nie więcej niż 3 nieobecności na zajęciach w semestrze oraz aktywność na zajęciach
NA OCENĘ 5	nie więcej niż 1 nieobecność na zajęciach w semestrze oraz aktywność na zajęciach

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSODY OCENY
EK1	K_W07, K_W17, K_W21, K_W22, K_U03, K_U07, K_U08, K_U12, K_U14, K_U16, K_U18	Cel1 Cel2 Cel3	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15 Ć16 Ć17 Ć18 Ć19 Ć20 Ć21 Ć22 Ć23 Ć24 Ć25 Ć26 Ć27 Ć28 Ć29 Ć30 Ć31 Ć32 Ć33 Ć34 Ć35 Ć36 Ć37 Ć38 Ć39 Ć40 Ć41 Ć42 Ć43 Ć44 Ć46 Ć47 Ć48 Ć49 Ć50 Ć51 Ć52 Ć53 Ć54 Ć55 Ć56 Ć57 Ć58	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2 F3 F4 F5 F6 P1



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK2	K_W17, K_W21, K_W22, K_U18, K_K06	Cel1 Cel2	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15 Ć16 Ć17 Ć18 Ć19 Ć20 Ć21 Ć22 Ć23 Ć24 Ć25 Ć26 Ć27 Ć28 Ć43 Ć47 Ć48 Ć49 Ć50 Ć51 Ć52 Ć53 Ć54 Ć55 Ć56 Ć57 Ć58	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2 F3 F4 F5 P1
EK3	K_W17, K_W21, K_W22, K_U03, K_U07, K_U08, K_U12, K_U13, K_U14, K_U16, K_U18, K_K06, K_K08	Cel1 Cel2 Cel3	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15 Ć16 Ć17 Ć18 Ć19 Ć20 Ć21 Ć22 Ć23 Ć24 Ć25 Ć26 Ć27 Ć28 Ć29 Ć30 Ć31 Ć32 Ć33 Ć34 Ć35 Ć36 Ć37 Ć38 Ć39 Ć40 Ć41 Ć42 Ć43 Ć44 Ć45 Ć46 Ć47 Ć48 Ć49 Ć50 Ć51 Ć52 Ć53 Ć54 Ć55 Ć56 Ć57 Ć58	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2 F3 F4 F5 F6 P1
EK4	K_W21, K_W22, K_U03, K_U18, K_K06, K_K08	Cel1 Cel2	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15 Ć16 Ć17 Ć18 Ć19 Ć20 Ć21 Ć22 Ć23 Ć24 Ć25 Ć26 Ć27 Ć28 Ć29 Ć30 Ć31 Ć32 Ć33 Ć34 Ć35 Ć36 Ć37 Ć38 Ć39 Ć40 Ć41 Ć42 Ć43 Ć44 Ć45 Ć46 Ć47 Ć48 Ć49 Ć50 Ć51 Ć52 Ć53 Ć54 Ć55 Ć56 Ć57 Ć58 Ć59	M1 M2 M4 M5	F1 F2 F3 F4 F5 F6 P1



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK5	K_W21, K_U07, K_U08, K_U18, K_K06, K_K08	Cel1 Cel3	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15 Ć16 Ć17 Ć18 Ć19 Ć20 Ć21 Ć22 Ć23 Ć24 Ć25 Ć26 Ć27 Ć28 Ć29 Ć30 Ć31 Ć32 Ć33 Ć34 Ć35 Ć36 Ć37 Ć38 Ć39 Ć40 Ć41 Ć42 Ć43 Ć44 Ć45 Ć46 Ć47 Ć48 Ć49 Ć50 Ć51 Ć52 Ć53 Ć54 Ć55 Ć56 Ć57 Ć58 Ć59	M1 M2 M3 M4 M5	F1 F2 F3 F4 F5 F6 P1 P2

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Dybińska Ewa — *Uczenie się i nauczanie pływania. Zagadnienia wybrane.*, Kraków, 2009, AWF Kraków
- 2 Czabański B., Filon M., Zatoń K. — *Elementy teorii pływania*, Wrocław, 2003, AWF Wrocław
- 3 Bartkowiak E. — *Pływanie sportowe*, Warszawa, 1999, COS Warszawa
- 4 FINA — *Przepisy Pływania 2009 - 2013*, Warszawa, 2009, PZP Warszawa
- 5 Wiesner W., Kowalewski B., Skalski D. — *Podstawy metodyczne edukacji ratowniczej*, Olsztyn, 2007, MATRIX Olsztyn
- 6 Błasiak P., Chadał M., Kurek K. — *Ratownictwo wodne Vademecum*, Warszawa, 1993, Pałac Młodzieży Warszawa

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Maglischo E.W. — *Swimming fastest.*, USA, 2003, Human Kinetics
- 2 Karpiński R. — *Pływanie. Podstawy techniki, nauczanie*, Katowice, 2002, AWF Katowice
- 3 Juszkiwicz M. — *Pływanie w kategoriach wartości.*, Kraków, 2008, FALL Kraków
- 4 Czabański B. — *Kształcenie psychomotoryczne*, Wrocław, 2000, AWF Wrocław

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Marcin Kaca (kontakt: marcin.kaca@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr hab. prof. nadzw. Ewa Dybińska (kontakt: ewa.dybinska@awf.krakow.pl)

dr Marcin Kaca (kontakt: marcin_kaca@tlen.pl)



mgr Kordian Lach (kontakt: kordianl@o2.pl)
dr Andrzej Ostrowski (kontakt: andrzejostrowski@poczta.fm)
dr Witold Ziara (kontakt: witoldzus@op.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

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

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....
.....
.....
.....