

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej

Kierunek: Sport

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: Praktyka w klubie (pływanie)

Kod przedmiotu: WNoKF_SP_1_W_22.k_s

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot: Zakład Pływania i Ratownictwa Wodnego

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

dr Krzysztof Pietrusik

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Katarzyna Antosiak-Cyrak
2. dr Małgorzata Habiera
3. dr Damian Jerszyński
4. dr Krzysztof Pietrusik
5. dr Katarzyna Sobczak
6. dr Krystian Wochna

Data opracowania: 31.08.2024

1. Podstawowe informacje

Forma studiów	STUDIA STACJONARNE			
Stopień studiów	STUDIA PIERWSZEGO STOPNIA			
Profil	PRAKTYCZNY			
Specjalność				
Rok studiów/semestr	rok 1-3; semestr 2-6			
Status przedmiotu	do wyboru			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć		720		
Liczba punktów ECTS	25			

2. Cele przedmiotu

C01	Zapoznanie z prawnymi i organizacyjnymi aspektami funkcjonowania klubu sportowego, szkół sportowych i szkół mistrzostwa sportowego), uwarunkowaniami wykonywania zawodu trenera na różnych etapach szkolenia sportowego w pływaniu.
C02	Podniesienie poziomu sprawności ogólnej i specjalnej studentów oraz wyposażenie ich w kwalifikacje umożliwiające oddziaływanie środkami treningowymi na poziom psychomotoryczny młodych pływaków. Opanowanie działań diagnostycznych, profilaktycznych i edukacyjnych odpowiadających potrzebom pływaków na różnych etapach szkolenia sportowego. Nabycie umiejętności prowadzenia dokumentacji przebiegu procesu szkolenia jednostek i grup sportowych.
C03	Przygotowanie do samodzielnej pracy organizacyjnej i szkoleniowej w szkołach sportowych, w szkołach mistrzostwa sportowego oraz klubach sportowych, nabycie umiejętności realizacji zadań w sposób zapewniający bezpieczeństwo uczestników procesu treningowego.

3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- Podstawowa wiedza z rozwoju biologicznego człowieka.
- Posiadanie umiejętności dydaktycznych dotyczących prowadzenia zajęć ruchowych na lądzie i w wodzie.
- Odpowiedni stan zdrowia oraz wyjątkowa komunikatywność, otwartość na nowe działania oraz kreatywność.

4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się na kierunku studiów	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
EK1	Posiada wiedzę teoretyczną dotyczącą prawnych, organizacyjnych i etycznych uwarunkowań zawodu trenera, zna mechanizm działania i skutki uboczne różnych metod, form i środków treningu	K_W10 K_W11 K_W12	P6S_WG

	sportowego, umie zastosować i wdrożyć zasady treningu sportowego zależnie od wieku i poziomu wykształcenia na różnych etapach szkolenia sportowego w pływaniu.		
EK2	Potrafi wykazać się umiejętnościami ruchowymi i sprawnością fizyczną jako podłoże wykonywania zawodu trenera; umie posługiwać się sprzętem do diagnozowania przebiegu procesu treningowego; potrafi projektować proces treningu w ujęciu długofalowym i krótkookresowym na różnych etapach szkolenia; prowadzić dokumentację przebiegu procesu szkolenia jednostek i grup sportowych.	K_U01 K_U02 K_U07 K_U08	P6S_UW P6S_UO
EK3	Okazuje dbałość o prestiż związany z wykonywaniem zawodu i właściwie pojętą solidarność zawodową, samodzielnie wykonuje powierzone mu zadania, właściwie organizuje pracę własną, potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowy styl życia i promocje zdrowia.	K_K01 K_K04 K_K08	P6S_KK P6S_KO P6S_KR

5. Treści programowe

ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Analiza struktury organizacyjnej szkół sportowych, szkół mistrzostwa sportowego oraz klubów sportowych z sekcjami pływackimi.	4
ĆW2	Zapoznanie się całokształtem warunków materialnych i finansowych jednostek zajmujących się szkoleniem dzieci i młodzieży w pływaniu sportowym.	4
ĆW3	Struktura organizacyjna klubu (sekcji) oraz jej funkcjonowanie w określonym środowisku.	4
ĆW4	Zapoznanie z planami organizacyjno-szkoleniowymi sekcji pływackiej.	4
ĆW5	Zaznajomienie się z dokumentacją pracy trenera w pływaniu sportowym.	4
ĆW6	Przegląd rocznych planów szkoleniowych na różnych etapach szkolenia.	4
ĆW7	Analiza metod i środków treningowych stosowanych w klubie (sekcji).	4
ĆW8	Analiza obciążeń treningowych w poszczególnych grupach szkoleniowych.	4
ĆW9	Dobór i selekcja w pływaniu.	4
ĆW10	Monitorowanie treningu pływackiego w na różnych poziomach szkolenia.	4
ĆW11	Hospitowanie, asystowanie i prowadzenie zajęć szkoleniowych na etapie szkolenia wszechstronnego.	220
ĆW12	Hospitowanie, asystowanie i prowadzenie zajęć szkoleniowych na etapie szkolenia ukierunkowanego.	220
ĆW13	Hospitowanie, asystowanie i prowadzenie zajęć szkoleniowych na etapie szkolenia specjalistycznego.	220

ĆW14	Udział czynny w zawodach pływackich. Organizacja, prowadzenie i sędziowanie zawodów pływackich.	20
	Razem	720

6. Metody dydaktyczne

M1	Hospitowanie, asystowanie i prowadzenie zajęć szkoleniowych
M2	Obserwacja zajęć treningowych
M3	Praca w grupach szkoleniowych
M4	Opracowanie planów szkoleniowych (projektów)
M5	Udział w organizacji zawodów pływackich.

7. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	720
Konsultacje przedmiotowe	
Egzaminy i zaliczenia w sesji	
Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć	15
Przygotowanie np. raportu, prezentacji, dyskusji	15
Przygotowanie do egzaminu	
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	750
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	25

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

F1	Student aktywnie uczestniczy w praktykach.
F2	Student jest przygotowany do zajęć.
F3	Student dba o bezpieczeństwo swoje i innych podczas zajęć.
F4	Student wykazuje zainteresowanie dyscypliną w dyskusji z trenerami.

b. Ocena podsumowująca

P1	Terminowe odbycie praktyk przewidzianych w planie studiów.
P2	Pozytywna ocena z dziennika praktyk
P3	Satysfakcjonująca opinia opiekuna praktyk
P4	Zadowolająca ocena z sprawozdania odbytych praktyk.

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- d. Pozytywna realizacja zadań postawionych przez trenera klubowego.
- e. Pozytywna ocena opiekuna merytorycznego.

9. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Student wykazuje brak wiedzy teoretycznej dotyczącej prawnych, organizacyjnych i

	etycznych uwarunkowań zawodu trenera, nie zna mechanizmu działania i skutków ubocznych różnych metod, form i środków treningu sportowego, nie potrafi zastosować i wdrożyć zasady treningu sportowego zależnie od wieku i poziomu wyszkolenia na różnych etapach szkolenia sportowego w pływaniu.
na ocenę 3	Student zna podstawy wiedzy teoretycznej dotyczącej prawnych, organizacyjnych i etycznych uwarunkowań zawodu trenera, zna mechanizm działania i skutki uboczne różnych metod, form i środków treningu sportowego, umie zastosować i wdrożyć zasady treningu sportowego zależnie od wieku i poziomu wyszkolenia na różnych etapach szkolenia sportowego w pływaniu.
na ocenę 4	Wiedza teoretyczna studenta dotycząca prawnych, organizacyjnych i etycznych uwarunkowań zawodu trenera, mechanizmu działania i skutków ubocznych różnych metod, form i środków treningu sportowego jest poprawna, student potrafi zastosować i wdrożyć zasady treningu sportowego zależnie od wieku i poziomu wyszkolenia na różnych etapach szkolenia sportowego w pływaniu, tylko o wiedzę nabytą w trakcie zajęć dydaktycznych.
na ocenę 5	Student oprócz wiedzy teoretycznej dotyczącej prawnych, organizacyjnych i etycznych uwarunkowań zawodu trenera, mechanizmu działania i skutków ubocznych stosowania różnych metod, form i środków treningu sportowego, umie zastosować i wdrożyć zasady treningu sportowego zależnie od wieku i poziomu wyszkolenia na różnych etapach szkolenia sportowego w pływaniu, wykazuje się również wiedzą nabytą w oparciu o nieobowiązkowe piśmiennictwo.
Efekt uczenia się EK2	
na ocenę 2	Student nie potrafi wykazać się umiejętnościami ruchowymi i sprawnością fizyczną jako podłoże wykonywania zawodu trenera; nie umie posługiwać się sprzętem do diagnozowania przebiegu procesu treningowego; nie potrafi projektować proces treningu w ujęciu długofalowym i krótkookresowym na różnych etapach szkolenia; nierzetelnie prowadzi dokumentację przebiegu procesu szkolenia jednostek i grup sportowych.
na ocenę 3	Student potrafi wykazać się podstawowymi umiejętnościami ruchowymi i sprawnością fizyczną jako podłoże wykonywania zawodu trenera; umie w miarę poprawnie posługiwać się sprzętem do diagnozowania przebiegu procesu treningowego; potrafi średnio projektować proces treningu w ujęciu długofalowym i krótkookresowym na różnych etapach szkolenia; prowadzi w miarę poprawnie dokumentację przebiegu procesu szkolenia jednostek i grup sportowych.
na ocenę 4	Student potrafi wykazać się dobrymi umiejętnościami ruchowymi i sprawnością fizyczną jako podłoże wykonywania zawodu trenera; poprawnie posługiwać się sprzętem do diagnozowania przebiegu procesu treningowego; dobrze potrafi projektować proces treningu w ujęciu długofalowym i krótkookresowym na różnych etapach szkolenia; prowadzi rzetelnie dokumentację przebiegu procesu szkolenia jednostek i grup sportowych.
na ocenę 5	Student wykazuje się doskonałymi umiejętnościami ruchowymi i sprawnością fizyczną jako podłoże wykonywania zawodu trenera; bardzo poprawnie potrafi posługiwać się sprzętem do diagnozowania przebiegu procesu treningowego; bardzo dobrze potrafi projektować proces treningu w ujęciu długofalowym i krótkookresowym na różnych etapach szkolenia; prowadzi rzetelnie dokumentację przebiegu procesu szkolenia jednostek i grup sportowych.
Efekt uczenia się EK3	
na ocenę 2	Student nie wykazuje dbałości o prestiż związany z wykonywaniem zawodu i właściwie pojętej solidarności zawodowej, niesamodzielnie wykonuje powierzone mu zadania, niewłaściwie organizuje pracę własną, nie potrafi propagować i aktywnie kreować zdrowego stylu życia i promocji zdrowia.
na ocenę 3	Student wykazuje przeciętną dbałość o prestiż związany z wykonywaniem zawodu i właściwie pojętą solidarność zawodową, wykonuje powierzone mu zadania z pomocą prowadzącego, miernie organizuje pracę własną, przeciętnie potrafi propagować i kreować zdrowy styl życia i promocje zdrowia.
na ocenę 4	Student wykazuje dobrą dbałość o prestiż związany z wykonywaniem zawodu i właściwie pojętą solidarność zawodową, wykonuje powierzone mu zadania z niewielką pomocą prowadzącego, poprawnie organizuje pracę własną, dobrze potrafi propagować i kreować

	zdrowy styl życia i promocje zdrowia.
na ocenę 5	Student wykazuje bardzo dobrą dbałość o prestiż związany z wykonywaniem zawodu i właściwie pojętą solidarność zawodową, samodzielnie wykonuje powierzone mu zadania, wzorowo organizuje pracę własną, bardzo dobrze potrafi propagować i kreować zdrowy styl życia i promocje zdrowia.

10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	K_W10 K_W11 K_W12	C01, C02, C03	ĆW1 - ĆW14	M 1-2	F1, F2, F3, F4 P1, P2, P3, P4
EK2	K_U01 K_U02 K_U07 K_U08	C01, C02, C03	ĆW1 - ĆW14	M 1-5	F1, F2, F3, F4 P1, P2, P3, P4
EK3	K_K01 K_K04 K_K08	C01, C02, C03	ĆW1 - ĆW14	M 1-5	F1, F2, F3, F4 P1, P2, P3, P4

11. Wykaz literatury

a. Literatura podstawowa

Lp.	
1	Bartkowiak E., (1997): Pływanie – Program Szkolenia Dzieci i Młodzieży. RCMSKFiS, Warszawa
2	Bartkowiak E., (1999): Pływanie sportowe. COS, Warszawa.
3	Bompa T. O., (1988): Teoria planowania treningu. RCMSKFiS, Warszawa.
4	Pietrusik K, Wochna K., (2016): Nauczanie pływania dzieci w młodszym wieku szkolnym. AWF, Poznań
5	Płatonow W.N., (1997): Trening wyczynowy w pływaniu. RCMSKFiS, Warszawa.
6	Rakowski M.: (2008): Nowoczesny trening pływacki. Centrum Rekreacyjno-sportowe rafa, Rumia.
7	Rakowski M., (2010): Sportowy trening pływacki. Londyn.
8	Sozański H., i inni, (1993): Podstawy teorii treningu. RCMSKFiS, Warszawa.

b. Literatura uzupełniająca

Lp.	
1	Hannula D., Thornton N., (2001): The swim Coaching Bible. Human Kinetics Publisher's.
2	Maglischo E.W., [2003]: Swimming fastest. Human Kinetics Publisher's.
3	Sozański H., Płatonow W.N.,(1991): Optymalizacja struktury treningu sportowego. RCMSKFiS, Warszawa.
4	Sozański H., Śledziwski D., (Technologia dokumentowania i opracowywania danych o obciążeniach treningowych. RCMSKFiS, Warszawa.