



Pływanie

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2024/2025
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Ratownictwo Medyczne
Dyscyplina wiodąca	Nauki Medyczne Nauki o Zdrowiu
Profil studiów	Praktyczny
Poziom kształcenia	I stopnia
Forma studiów	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie
Jednostka/jednostki prowadząca/e	Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Ul. Księcia Trojdena 2c 02-091 Warszawa tel. (022) 5720528 studiumwfis@wum.edu.pl

Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	mgr Jerzy Chrzanowski
Koordynator przedmiotu	mgr Agnieszka Besler agnieszka.besler@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	mgr Agnieszka Besler agnieszka.besler@wum.edu.pl z-ca Kierownika mgr Kinga Klaś-Pupar kinga.klas@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	mgr Agnieszka Besler agnieszka.besler@wum.edu.pl mgr Paweł Miaskiewicz pawel.miaskiewicz@wum.edu.pl

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	2 rok, 3 semestr	Liczba punktów ECTS	1.00
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim			
wykład (W)		0	
seminarium (S)		0	
ćwiczenia (C)		20	
e-learning (e-L)		0	
zajęcia praktyczne (ZP)		0	
praktyka zawodowa (PZ)		0	
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		0	

3. CELE KSZTAŁCENIA

C1	Nauka i doskonalenie pływania stylami ratowniczymi i pod wodą.
C2	Nauka udzielania pierwszej pomocy osobom tonącym.
C3	Doskonalenie umiejętności pływackich, startów i nawrotów.
C4	Zapoznanie z zagadnieniami bezpieczeństwa ratownika i osób przebywających nad wodą i współpracy z WOPR.

C5	Prowadzenie symulowanych akcji ratunkowych z wykorzystaniem sprzętu ratowniczego. Nauka zasad współdziałania w zespole.
C6	Wpajanie nawyku dbałości o dobrą kondycję fizyczną. Zapoznanie z zasadami promocji zdrowia, zdrowego stylu życia, redukcji stresu.

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się	Efekty w zakresie
--	-------------------

Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:

A.W.29	zasady promocji zdrowia i profilaktyki chorób
A.W.40	metody promocji zdrowia, ze szczególnym uwzględnieniem edukacji zdrowotnej
A.W.42	sposoby zwiększania sprawności fizycznej
A.W.74	zasady podejmowania działań zabezpieczających w celu ograniczenia skutków zdrowotnych zdarzenia

Umiejętności – Absolwent* potrafi:

A.U.03	dbać o bezpieczeństwo własne, pacjentów, otoczenia i środowiska, przestrzegając zasad bezpieczeństwa i higieny pracy oraz przepisów i zasad regulujących postępowanie w przypadku różnych rodzajów zagrożeń
A.U.11	komunikować się ze współpracownikami w ramach zespołu, udzielając im informacji zwrotnej i wsparcia
A.U.14	radzić sobie ze stresem przy wykonywaniu zawodu ratownika medycznego
A.U.25	identyfikować na miejscu zdarzenia sytuację narażenia na czynniki szkodliwe i niebezpieczne

**W załącznikach do Rozporządzenia Ministra NiSW z 26 lipca 2019 wspomina się o „absolwencie”, a nie studencie*

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
--------------------------	-------------------

Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:

W1	zasady statyki i biomechaniki w odniesieniu do organizmu ludzkiego obowiązujące w trakcie określonej aktywności fizycznej
----	---

Umiejętności – Absolwent potrafi:

U1	wykorzystać podstawową wiedzę dotyczącą własnych ograniczeń fizycznych w trakcie wykonywania podstawowych elementów techniki wybranych dyscyplin sportowo-rekreacyjnych, ocenić własne deficyty i potrzeby edukacyjne oraz planować aktywność fizyczną i jej ewaluację
----	--

Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:

K1	promowania wzorców zdrowego życia, rozpoznawania potrzeb zdrowotnych i planowania działań z zakresu profilaktyki i promocji „sportów całego życia”
----	--

6. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
C1 - Ćwiczenie	Zajęcia organizacyjne. Przedstawienie programu zajęć, regulaminu, zasad zaliczenia przedmiotu, przepisów bhp i ppoż. Samoratownictwo.	A.W.29, A.W.40, A.U.03
C2 - Ćwiczenie	Pływanie sposobami ratowniczymi – nauka i doskonalenie techniki.	A.W.29, A.W.40, A.W.42, A.W.74, A.U.03, A.U.11, A.U.14, A.U.25, W1, K1, U1
C3 - Ćwiczenie	Holowanie osoby zmęczonej – nauka i doskonalenie techniki.	
C4 - Ćwiczenie	Holowanie osoby nieprzytomnej – nauka i doskonalenie techniki.	
C5 - Ćwiczenie	Holowanie osoby agresywnej – nauka i doskonalenie techniki.	
C6 - Ćwiczenie	Wynoszenie osoby poszkodowanej z wody – nauka i doskonalenie techniki.	
C7 - Ćwiczenie	Skoki ratownicze – nauka i doskonalenie techniki.	
C8 - Ćwiczenie	Pływanie pod wodą – nauka i doskonalenie techniki.	
C9 - Ćwiczenie	Posługiwanie się sprzętem ratowniczym, symulowane akcje ratownicze.	
C10 - Ćwiczenie	Zaliczenie przedmiotu	

7. LITERATURA

Obowiązkowa

1. P. Błasiak, M. Chadaj, K. Kurek Ratownictwo wodne, Prószyński i S-ka, Warszawa 2001
2. R. Kołodziej, A. Dudziak Ratownictwo wodne. Wybrane zagadnienia, WUR Rzeszów 2012
3. R. Karpiński Ratownictwo wodne. Podręcznik dla studentów i ratowników wodnych, AWF w Katowicach, Katowice 2007

Uzupełniająca

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
A.W.29, A.W.40, A.W.42, A.W.74, W1, K1	- obserwacja pracy studenta - ocena aktywności w czasie zajęć - testy sprawnościowe, zawody - zaliczenie praktyczne	- systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencji) - udział w testach sprawności fizycznej, zawodach

A.U.03, A.U.11, A.U.14, A.U.25, <u>U1</u>	- obserwacja pracy studenta w trakcie zajęć - ocena aktywności w czasie zajęć - ocena przygotowania do zajęć	- systematyczne uczęszczanie na zajęcia (100% frekwencji)
--	--	--

9. INFORMACJE DODATKOWE

Strona internetowa Studium Wychowania Fizycznego i Sportu www.swfis.wum.edu.pl

Forma zaliczenia przedmiotu: egzamin praktyczny

1. Ocena techniki i szybkości pływania kraulem ratowniczym na dystansie 25m po skoku ratowniczym
2. Ocena techniki wykonania i skuteczności:

- wybranego skoku ratowniczego
- wybranego sposobu holowania osoby zmęczonej
- wybranego sposobu holowania osoby nieprzytomnej
- ewakuacji poszkodowanego z wody

Ocena końcowa jest średnią arytmetyczną ocen z powyższych konkurencji. Każda z nich musi być zaliczona na ocenę pozytywną.

Regulamin przedmiotu

1. Każdy Student uczestniczący w zajęciach jest zobligowany do przestrzegania regulaminu pływalni CSR WUM.
2. Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest aktywny udział we wszystkich zajęciach.
3. Odrobienie nieobecności jest możliwe na zajęciach prowadzonych przez mgr Besler lub mgr Miaskiewicza, zgodnie z planem zajęć zamieszczonym na stronie swfis.wum.edu.pl
4. Student ma obowiązek zgłoszenia wszelkich niedyspozycji zdrowotnych zaistniałych przed lub w trakcie zajęć.
5. Student ma prawo do trzech podejść do zaliczenia, w trakcie trzech ostatnich zajęć w semestrze.

W ramach samokształcenia

Na podstawie instrukcji, wykonywanych na zajęciach ćwiczeń, zaproponowanych źródeł, Student ma obowiązek przygotowania się pod względem sprawności fizycznej i umiejętności do zaliczenia przedmiotu.

Studenckie Koło Naukowe „Odnowy biologicznej”, opiekun dr Anna Sobianek, anna.sobianek@wum.edu.pl

Sekcje sportowe i rekreacyjne Klubu Uczelnianego AZS WUM, informacje na stronie internetowej www.azs.wum.edu.pl

Kontakt ze Studium: studiumwfis@wum.edu.pl

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu, przysługują WUM.

Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM.

Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich