

Tematy poruszane na kursie

1. Zalecane piśmiennictwo, wymagania teoretyczne i praktyczne w zakresie sprawności pływackich. Przepisy pływania FINA oraz PZP
2. Technika pływania poszczególnymi stylami pływackimi
3. Indywidualne analiza techniki pływania nad i pod wodą
4. Hospitacja zajęć
5. Elementy dydaktyki, metodyki wychowania fizycznego i teorii sportu
6. Organizacja zajęć.
7. Elementy teorii pływania.
8. Podstawy biomechaniki pływania i fizyka środowiska wodnego.
9. Technika nauczania poszczególnych stylów pływackich.
10. Metody obserwacji i kryteria skuteczności oceny techniki pływania.
11. Nabór adeptów oraz ich selekcja. Zdolności motoryczne i ich znaczenie w nauczaniu pływania.
12. Metodyka i systematyka ćwiczeń stosowanych w nauczaniu pływania.
13. Metodyka nauczania pływania poszczególnymi stylami pływackimi.
14. Podstawy fizjologii sportu amatorskiego.
15. Rys historyczny i charakterystyka dyscypliny.
16. Przybory wykorzystywane do nauki i doskonalenia pływania.
17. Adaptacja do środowiska wodnego.
18. Technika wykonywania skoków startowych i nawrotów do poszczególnych stylów pływackich. Nauczanie elementów technicznych.
19. Psychologia rozwoju dziecka
20. Podstawy ratownictwa wodnego
21. Lekcja pływania – charakterystyka, cechy motoryczne oraz metody przekazu.
22. Rozwiązania metodyczne i organizacyjne podczas szkolenia grupowego i indywidualnego
23. Prowadzenie zajęć nauki pływania na różnym poziomach zaawansowania uczestników nauki pływania (tylko dla kursów prowadzonych we Wrocławiu)