

KURS INSTRUKTORÓW REKREACJI RUCHOWEJ W DZIEDZINIE PŁYWANIE REKREACYJNE

Celem kursu instruktorów rekreacji ruchowej w dziedzinie Pływanie rekreacyjne jest przekazanie odpowiedniej wiedzy teoretycznej i praktycznej, oraz nowych umiejętności ruchowych związanych z dobrym pokazem i wykorzystania warsztatu pracy w nauczaniu. Cele te umożliwią absolwentom kursu dostosowanie się do różnego rodzaju zajęć, w tym pracy z dziećmi i młodzieżą, osobami dorosłymi i niepełnosprawnymi.

RAMOWY PROGRAM KURSU

Lp.		Nazwa przedmiotu	Liczba godzin
1.	Cz. ogólna	Humanistyczne podstawy rekreacji	6
2.		Biologiczne podstawy rekreacji	14
3.		Teoria i metodyka rekreacji	12
4.		Marketing i organizacja imprez	12
5.		Turystyka	10
6.		Pierwsza pomoc przed medyczna	6
7.	Cz. specjalistyczna	Teoretyczne podstawy nauczania pływania (wykłady)	22
8.		Metodyka i systematyka nauczania pływania poszczególnymi stylami. Starty i nawroty w poszczególnych stylach.	52
9.		Hospitacje i prowadzenie zajęć z dziećmi w różnym wieku, osobami starszymi i niepełnosprawnymi	20
10.		Metody treningowe stosowane w pływaniu	6
11.		Zawody pływackie i przepisy sportowe	4
12.		Wybrane elementy z ratownictwa i inne formy aktywności ruchowej w środowisku wodnym	6
		OGÓŁEM	170

Czas trwania kursu:

- Kurs składa się z 2 części: cz. ogólna i cz. specjalistyczna; łącznie 170 godz.
- Szkolenie będzie trwało łącznie ok. 3 miesięcy

Sposób organizacji kursu:

- Projekt będzie realizowany w PWSZ w Koszalinie, w oparciu o kadre dydaktyczną uczelni; zaś zajęcia sportowe i rekreacyjne odbywać się będą w obiektach uczelni oraz na basenie.
- Kurs będzie realizowany w formie zjazdów weekendowych.
- Szczegółowy harmonogram kursu zostanie przekazany kandydatom po zebraniu grupy.

Wymagania wstępne uczestników:

- Dobry stan zdrowia umożliwiający realizację kursu;
- Umiejętność pływania czterema technikami sportowymi;
- Sprawdzenie umiejętności pływackich na dystansie 200 m stylem zmiennym
- Wykształcenie średnie.

Forma zaliczenia:

- Zaliczenie pisemne po zakończeniu części ogólnej;
- Zaliczenie pisemne po zakończeniu wykładów części teoretycznej;
- Sprawdzenie praktyczne.

Cena kursu: 1340 zł (250 zł/część ogólna; 1090 zł/część specjalistyczna).