

INSTRUKTOR PŁYWANIA

Program jest zgodny z przepisami ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz.U. z 2022 r. poz. 574 z późn. zm., dalej „pswn”)



2

SEMESTRY



386h
TEORII



STAŁY DOSTĘP
DO WSZYSTKICH
MATERIAŁÓW



NOWOCZESNOŚĆ
I PONAD 20 LAT
TRADYCJI

SEMESTR I

- Podstawy anatomii i biochemii człowieka
- Podstawy fizjologii, biomechaniki i fizjologii wysiłku
- Podstawy pedagogiki i psychologii
- Podstawy żywienia i dietytyki w sporcie
- Podstawy socjologii i metodyki sportu
- Teoria treningu sportowego
- Podstawy pływania; przepisy dotyczące przeprowadzania zawodów i sędziowania zgodne z PZP
- Metodyka pływania – charakterystyka poszczególnych stylów pływania
- Techniki pływackie i ćwiczenia do nauki poszczególnych stylów pływania

SEMESTR II

- Przybory stosowane do nauki i doskonalenia pływania oraz treningu pływackiego
- Selekcja i pozyskiwanie zawodników sportowych. Ocena predyspozycji psychofizycznych
- Prowadzenie zajęć treningowych. Trening ogólny i szczegółowo usprawniający
- Rozwój trenera i zawodników
- Doping (w tym farmakologiczny) – przeciwdziałanie
- Współpraca z rodzicami, szkołą i specjalistami medycznymi
- Podstawy pierwszej pomocy przedmedycznej