

Szczegółowy program nauczania.

Kierunek: ratownictwo medyczne – studia I stopnia, stacjonarne i niestacjonarne.

- 1) Przedmiot: **Obóz sprawnościowy (letni)**
- 2) Nazwa jednostka organizacyjnej odpowiedzialnej za realizację przedmiotu: **Katedra i Zakład Podstaw Kultury Fizycznej**
- 3) Kierownik jednostki organizacyjnej: **dr n. o kult. fiz. Andrzej Lewandowski**
- 4) Rok studiów: **I (pierwszy)**
- 5) Semestr: **drugi**
- 6) Język wykładowy: **polski**
- 7) Forma zaliczenia przedmiotu:
 - studia stacjonarne: **zaliczenie**
 - studia niestacjonarne:.....
- 8) Forma realizacji przedmiotu i zakres godzin:
 - a) *wykłady*:
 - studia stacjonarne:.....
 - studia niestacjonarne:.....
 - b) *seminaria*:
 - studia stacjonarne:.....
 - studia niestacjonarne:.....
 - c) *ćwiczenia*:
 - studia stacjonarne: **40 godzin**
 - studia niestacjonarne: **40 godzin**
 - d) *zajęcia praktyczne*:
 - studia stacjonarne:.....
 - studia niestacjonarne:.....
 - e) *praktyki zawodowe*:
 - studia stacjonarne:.....
 - studia niestacjonarne:.....
 - f) *samokształcenie*:
 - studia stacjonarne:.....
 - studia niestacjonarne:.....
- 9) Cele kształcenia:
 - **Zapoznanie studentów z zasadami organizacji i realizacji różnych form aktywności fizycznej w okresie letnim z wykorzystaniem warunków środowiska naturalnego.**
 - **Zapoznanie się z możliwościami kształtowania sprawności fizycznej z wykorzystaniem warunków środowiska naturalnego.**
 - **Nabywanie podstawowych umiejętności ruchowych umożliwiających swobodne przemieszczanie się środkami różnego typu i posługiwanie się specjalistycznym sprzętem w warunkach jakie stwarza środowisko naturalne.**
 - **Nabywanie podstawowych umiejętności celowego działania zbiorowego**
 - **Zainteresowanie studentów koniecznością hartowania ciała i ochrony przyrody.**
- 10) Treści kształcenia:
 - a) *wykłady*:.....
 - b) *seminaria*:.....
 - c) *ćwiczenia*:
 - **Pływanie na wodach otwartych, nurkowanie i ratownictwo wodne (6 godz.)**
 - **Sporty wodne; kajakarstwo, żeglarstwo, wioślarstwo turystyczne (10 godz.)**
 - **Gry sportowe i rekreacyjne; piłka siatkowa, ręczna, nożna i koszykówka oraz ich odmiany plażowe, luzniactwo, ringo, badminton, palant, kwadrant, mini golf, dart, gry kulowe, elementy surwiwala, gry zręcznościowe (4 godz.)**
 - **Obozownictwo i wycieczkowanie; wycieczkowanie piesze, rowerowe i kajakowe (6 godz.)**
 - **Gry terenowe; topografia zabawy biegowe, biegi przełajowe i na orientację, zgadywanka terenowa (6 godz.)**
 - **Atletyka terenowa (4godz.)**
 - **Imprezy sportowo-rekreacyjne (2 do wyboru); „maraton pływacki”, „triathlon” regaty kajakowe, bieg patrolowy, impreza rekreacyjna (4 godz.)**

- **Animacja czasu wolnego – realizowanego jednorazowo przez każdą grupę studencką dla pozostałych członków obozu**

d) *zajęcia praktyczne*:

e) *praktyki zawodowe*:

f) *samokształcenie*:

11) Wykaz umiejętności (w wyniku realizacji treści kształcenia student powinien):

W wyniku realizacji treści kształcenia student powinien:

- **nabyć podstawowe umiejętności umożliwiające bezpieczne poruszanie się w środowisku naturalnym, a szczególnie w wodnym**
- **stosować zasady uczestnictwa i współdziałania w grupie w różnych warunkach realizacyjnych i terenowych**
- **opanować umiejętności niezbędne w ratownictwie wodnym**
- **samodzielnie prowadzić procesy planowania, organizacji i realizacji działań zbiorowych w terenie otwartym oraz w miejscu zakwaterowania.**

12) Metody kształcenia:

- **metody realizacji zadań reproduktywne, proaktywne i kreatywne, nauczania ćwiczeń w całości i częściami.**
- **dyskusja, obserwacja, filmy szkoleniowo-metodyczne.**

13) Literatura obowiązkowa:

Bielczyk Z.; Zasady organizacji wycieczek i obozów. AWF, Warszawa 1975.

Bondarowicz M.; Zabawy i gry terenowe. WFiZ, Warszawa 1993.

Dąbrowski A.; Zarys teorii rekreacji ruchowej. AWF, Warszawa 2006.

Drabik J.; Kajakarstwo – teoria i praktyka. AWF, Gdańsk 1991.

Gwiezdziński T.; Ratownictwo wodne bez tajemnic. Sport i Turystyka, Warszawa 1985.

Hakke Cz., Nanos A.; Ćwiczenia terenowe. PZWS, Warszawa 1968.

Kiełb M.; Wademecum turysty kajakarza. Sport i Turystyka, Warszawa 1971.

Mroczyński Z., Hirsz M.; Bieg na orientację. AWF, Gdańsk 1995.

14) Literatura uzupełniająca:

Bielczyk Z. i wsp.; Krajoznawstwo i turystyka dzieci i młodzieży. AWF, Warszawa 1977.

Borowiecki S., Klimowa M.; Gry i zabawy na koloniach i zimowiskach. I.W. CRZS, Warszawa 1976.

Cendrowski Z., Wakacje na sportowo. ZG SZS, Warszawa 1998.

Ostrowski A.; Zabawy i gry rekreacyjne w wodzie. WSiP, Warszawa 2003.

Pilawska A., Pilawski A., Perliński W.; Zarys teorii i metodyki rekreacji ruchowej. Wydawnictwo GWSH, Katowice 2003.

Siwiński W.; Pedagogika czasu wolnego, rekreacji i turystyki. AWF Poznań 1999.

Siwiński W., Kielbasiewicz-Drozdowska I.; Teoria i metodyka rekreacji – zagadnienia podstawowe. AWF Poznań 2001.

Toczek-Werner S.; Podstawy rekreacji i turystyki. AWF, Warszawa 1999.

Winiarski R.; Wstęp do teorii rekreacji. AWF Kraków 1989.

Program zatwierdził:

- *data*:

- *podpis kierownika jednostki organizacyjnej*:

- *podpis przedstawiciela Rady Samorządu WNoZ*:

- *podpis Dziekana WNoZ*:

Regulamin dydaktyczny:

Kierunek: ratownictwo medyczne – studia I stopnia, stacjonarne i niestacjonarne.

- 1) Przedmiot: **Obóz letni**
- 2) Nazwa jednostka organizacyjnej odpowiedzialnej za realizację przedmiotu: **Katedra i Zakład Podstaw Kultury Fizycznej**
- 3) Kierownik jednostki organizacyjnej: **dr n. o kult. fiz. Andrzej Lewandowski**
- 4) Rok studiów: **I (pierwszy)**
- 5) Semestr: **drugi**
- 6) Forma i warunki zaliczenia przedmiotu:
 - studia stacjonarne: **zaliczenie na podstawie aktywnego uczestnictwa (zgodnie z regulaminem studiów)**
 - studia niestacjonarne:.....
- 7) Warunki odrobienia zajęć opuszczonych z przyczyn usprawiedliwionych lub zajęć niezliczonych z innych powodów: **Nieobecności na zajęciach nie mogą przekroczyć norm wyznaczonych w regulaminie studiów (w trakcie trwania obozu zwolnień udziela lekarz obozu lub jego kierownik, a inne np. dziekańskie i urzędowe, należy przedstawić przed rozpoczęciem obozu); w przypadku braku możliwości realizacji obozu w przewidzianym terminie jego odbycie jest konieczne w kolejnym roku akademickim, a formę i termin zaliczenia niezrealizowanej w trakcie obozu części materiału wyznacza prowadzący ćwiczenia.**
- 8) Ogólne i szczegółowe przepisy BHP wymagane podczas realizacji procesu dydaktycznego w danej jednostce organizacyjnej:
Zgodne z regulaminem obozu, obiektu zakwaterowania oraz szczegółowymi przepisami dotyczącymi korzystania kąpielisk, środków pływających i ruchu drogowego – obowiązuje odpowiedni do danego rodzaju aktywności fizycznej strój sportowy.

Regulamin zatwierdził:

- data:.....
- podpis kierownika jednostki organizacyjnej:.....
- podpis przedstawiciela Rady Samorządu WNoZ:.....
- podpis Dziekana WNoZ:.....