

Program kształcenia na kursie doszkalcającym

Wydział	Wychowania Fizycznego i Sportu
Jednostka prowadząca kurs doszkalcający	Zakład Służb Mundurowych i Sportów Walki
Nazwa kursu	Instruktor Survivalu
Typ kursu	Kwalifikacyjny
Opłata za kurs (całość)	1000,00 zł
Określenie obszaru kształcenia/obszarów kształcenia, do którego przyporządkowany jest kurs doszkalcający	M (nauki medyczne, nauki o zdrowiu oraz nauki o kulturze fizycznej)
Ogólne cele kształcenia	Wyposażenie kursanta w wiedzę zakresu organizacji i prowadzenia zajęć specjalistycznych z dziećmi, młodzieżą i osobami dorosłymi z zakresu sztuki przetrwania. Nauczanie bezpiecznej organizacji plenerowych zajęć rekreacyjnych posiadających znamiona sportów ekstremalnych. Przygotowanie do prowadzenia samodzielnych zajęć z survivalu w zakresie nauczania, doskonalenia podstawowych jego elementów.
Związek efektów kształcenia z misją i strategią uczelni	Kształcenie wysokokwalifikowanych kadr na potrzeby sportu i rekreacji, zgodne z celem strategicznym 6.1 (cel operacyjny 3).
Wymagania wstępne	Studenci i absolwenci kierunku wychowanie fizyczne i sport.
Zasady rekrutacji	Rekrutacja ciągła
Limit przyjęć (od ... do)	Do 20 osób
Liczba punktów ECTS konieczna do uzyskania kwalifikacji	6
Liczba semestrów	1
Opis zakładanych efektów kształcenia dla kursu doszkalcającego	Wg wzoru w załączniku 5.
Plan kursu	Wg wzoru w załączniku 6.
Sylabusy poszczególnych modułów kształcenia składające się na program kursu doszkalcającego uwzględniające metody weryfikacji efektów kształcenia osiągniętych przez słuchaczy	Wg wzoru w załączniku 7.
Wymogi związane z ukończeniem kursu (praca końcowa/egzamin końcowy/inne)	Egzamin końcowy, zaliczenie części praktycznej.
Opis wewnętrznego systemu zapewnienia jakości kształcenia	Ocena jakości kształcenia przez Komisję ds. Jakości i Programów Kształcenia. Weryfikacja osiągniętych efektów kształcenia (ankieta prowadzona wśród uczestników kursu), oceniająca realizowane treści programu kursu.

Efekty kształcenia na kursie Instruktora Survivalu (IS)

Wydział prowadzący kurs	Wychowania Fizycznego i Sportu
Nazwa kursu	Instruktor Survivalu
Poziom kształcenia	I i II stopień
Umiejscowienie kursu w obszarach kształcenia (uzasadnienie)	Kurs Instruktora Survivalu umiejscowiono w obszarze kształcenia w zakresie nauk medycznych, nauk o zdrowiu oraz nauk o kulturze fizycznej. Jego usytuowanie w tym obszarze wynika z jednolitego obszaru zainteresowań, jakim jest prozdrowotny styl życia, obejmujący aktywność fizyczną człowieka i w jej różnych formach i odmianach.

Symbol	Efekty kształcenia na kursie – Instruktor Survivalu
	WIEDZA
IS_ W01	Rozumie znaczenie zdrowia w wychowaniu fizycznym, profilaktyce zdrowotnej oraz życiu codziennym. Zna sposoby oceny i mierzenia efektów działań szkoleniowych, rozumie sens doskonalenia własnej sprawności fizycznej, asekuracji w zakresie wykonywania ćwiczeń, zadań oraz prowadzenia bezpiecznych zajęć terenowych, przygotowania z zakresu niesienia pomocy w warunkach terenowych. Analizuje koncepcje dotyczące zasad bezpiecznego działania w warunkach terenowej.
IS_ W02	Rozumie znaczenie i potrzebę systematycznej, ukierunkowanej aktywności fizycznej, wdrażanie terenowych ćwiczeń ruchowych w profilaktyce zdrowego stylu życia oraz kreowania aktywności ruchowej w kontakcie z naturą.
IS_ W03	Posiada wiedzę na temat stosowania reguł obciążania organizmu ludzkiego, stosowania wysiłku o złożonym charakterze, w różnych warunkach środowiska, w odniesieniu do adaptacji i sprawności psychomotorycznej organizmu ludzkiego, w zależności od wieku, wydolności i sprawności fizycznej poszczególnych uczestników zajęć terenowych.
IS_ W04	Zna podstawowe zasady przygotowania, organizowania i przeprowadzania przedsięwzięć sportowo-rekreacyjnych.
	UMIEJĘTNOŚCI
IS_ U01	Umie dobierać, selekcjonować i odpowiednio korzystać z dostępnych warunków środowiska zewnętrznego, motywując podopiecznych do promowania zdrowego i aktywnego stylu życia, samodzielnej kontroli zmian w poziomie sprawności fizycznej.
IS_ U02	Umie dobierać i oceniać zestawy ćwiczeń przydatnych do wdrażania zadań ruchowych, w zależności od motoryki osób biorących udział w zajęciach, wydolności fizycznej, rodzaju płci i wieku osób szkolących się z zakresu sztuki przetrwania.
IS_ U03	Posiada znaczny zakres umiejętności specjalistycznych z zakresu wykorzystania odpowiednich technik survivalowych pod kątem doboru środków, sprzętu, technik szkolenia indywidualnego, rekreacyjnych form ruchu, rywalizacji sportowej, rekreacji. Potrafi zastosować podstawowe techniki survivalowe w działaniach szkoleniowych i taktycznych do planowanych zadań ruchowych.

	KOMPETENCJE SPOŁECZNE
IS_K01	Angażuje się w kreatywne i nowatorskie poszukiwania z zakresu rozwiązywania nieznanych zadań, projektuje oraz tworzy system ćwiczeń i zadań realizowanych zespołowo w środowisku trudnym i nieznanym.
IS_K02	Jest przygotowany do samodzielnego prowadzenia szkolenia oraz inicjowania nowych form ruchu, zajęć terenowych realizowanych w sposób planowany i profesjonalny, potrafi kierować zespołami ludzkimi realizując złożone szkoleniowe i edukacyjne. Wykazuje przedsiębiorczość, potrafi zorganizować pracę zespołu, wskazuje predyspozycje do przyjmowania ról społecznych.
IS_K03	Dbą o poziom sprawności fizycznej niezbędny do kształcenia się i wykonywania zadań zawodowych. Jest odpowiedzialny, profesjonalny i etycznie realizuje powierzone mu zadania.
IS_K04	Stosuje normy i zasady etyczne obowiązujące w życiu społecznym. Realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo swoje i uczestników.

Plan kurs kwalifikacyjnego

Lp.	Nazwamodułuksztalcenia	forma zajęć	O/F*	liczbagodzinkontaktowych	Liczba punktów ECTS
1.	<u>Moduł I</u> Teoria survivalu	wykłady	obowiązkowy	30	1
2.	<u>Moduł II</u> Zajęcia terenowe – wyposażenie, pokonywanie naturalnych i sztucznych przeszkód. Przetrwanie – pozyskiwanie wody i pożywienia, organizacja schronień	ćwiczenia	obowiązkowy	28	1
3.	<u>Moduł III</u> Techniki szkoleniowe – survival militarny, survival miejski, przetrwanie w niskich temperaturach	ćwiczenia	obowiązkowy	18	1
4.	<u>Moduł IV</u> Praktyka – tropienie i kamuflaż, rozpalamie ognia	ćwiczenia	obowiązkowy	14	1

Łączna liczba godzin : **90**

Łączna liczba punktów ECTS w ramach godzin kontaktowych: **4**

Sylabus kursu

Kurs – Instruktor Survivalu

Cel kursu:

Wyposażenie kursanta w wiedzę zakresu organizacji i prowadzenia zajęć specjalistycznych z dziećmi, młodzieżą i osobami dorosłymi z zakresu sztuki przetrwania. Nauczanie bezpiecznej organizacji plenerowych zajęć rekreacyjnych posiadających znamiona sportów ekstremalnych. Przygotowanie do prowadzenia samodzielnych zajęć z survivalu w zakresie nauczania, doskonalenia podstawowych jego elementów.

TREŚCI PROGRAMOWE		
Treść zajęć	Forma zajęć ¹ (liczba godz.)	Symbol przedmiotowych efektów kształcenia
1. Historia, rodowód sztuki przetrwania w Polsce i na świecie. Główni przedstawiciele zajmujący się szkoleniami survivalowymi.	wykład (1)	IS_W01, IS_W02,
2. Podział technik survivalowych, specyfika i różnorodność zajęć terenowych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W03
3. Podstawy psychologii przetrwania.	wykład (1)	IS_W03
4. Wyposażenie w podstawowy sprzęt survivalowy w zależności od warunków szkolenia, pory roku.	wykład (1)	IS_W01, IS_W2, IS_W03,
5. Organizacja wypraw w trudnych warunkach terenowych.	wykład (1)	IS_W02, IS_W03, IS_W04
6. Ubiór przydatny uczestnikom zajęć terenowych. Wyposażenie i skład puszki survivalowej.	wykład (1)	IS_W01, IS_W02,
7. Zasady i specyfika egzystencji na obszarach wysokogórskich i podbiegunowych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W03, IS_W04
8. Pobyt w warunkach tropikalnych i na obszarach pustynnych.	wykład (1)	IS_W03, IS_W04
9. Specyfika egzystencji w warunkach niskich temperatur. Zasady przetrwania hipotermii.	wykład (1)	IS_W01, IS_W2, IS_W03, IS_W04
10. Specyfika postępowania podczas katastrof i wypadków masowych na lądzie i w wodzie.	wykład (1)	IS_W02, IS_W03
11. Naturalne i sztuczne przeszkody stosowane w szkoleniach praktycznych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W02,

¹ Wykłady, ćwiczenia, laboratoria, samodzielne prowadzenie zajęć przez studenta.

12. Przepawy terenowe z wykorzystaniem sprzętu specjalistycznego, techniki zabezpieczania i asekuracji w wyprawach szkoleniowych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W03, IS_W04
13. Techniki tropienia oraz egzystencja podczas kontaktu z regionalną fauną i florą.	wykład (1)	IS_W03
14. Niekonwencjonalne sposoby określania własnego położenia w nieznanym terenie. Znaki przyrody i metody wyznaczania kierunków świata.	wykład (1)	IS_W01, IS_W2, IS_W03
15. Sposoby i techniki wyznaczania kierunków świata. Podstawy pracy z kompasem, mapą topograficzną.	wykład (1)	IS_W02, IS_W03
16. Zasady oraz specyfika działania przy zagrożeniu atakiem terrorystycznym.	wykład (1)	IS_W01, IS_W02,
17. Podstawy metodyki prowadzenia szkoleń w warunkach terenowych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W03, IS_W04
18. Wybrane formy zadaniowe, zabawowe i szkoleń przydatnych w survivalu. Nauczanie indywidualnej i zespołowej współpracy w terenie.	wykład (1)	IS_W03
19. Zasady i sposoby pozyskiwania wody. Zdobywanie, oczyszczanie i transport wody.	wykład (1)	IS_W01, IS_W2, IS_W03,
20. Zasady zdobywania pożywienia, jego obróbki, techniki przechowywania.	wykład (1)	IS_W02, IS_W03,
21. Zabezpieczenia i schronienia prowizoryczne, naturalne stosowane w warunkach terenowych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W02,
22. Dobór miejsc do organizacji obozowisk, planowanie i ich rozmieszczenie, budowa schronień prowizorycznych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W03
23. Przetrwanie w dużych aglomeracjach miejskich. Podstawy survivalu miejskiego	wykład (1)	IS_W03
24. Specyfika survivalu militarnego, zasady i priorytety szkoleń obronnych	wykład (1)	IS_W01, IS_W2, IS_W03,
25. Formy i metody porozumiewania się, kodowania informacji w trudnych warunkach terenowych.	wykład (1)	IS_W02, IS_W03,
26. Wykorzystanie krótkofalówek i innych sposobów w łączności podczas przekazywania informacji.	wykład (1)	IS_W01, IS_W02,
27. Sposoby alarmowania sytuacji niebezpiecznych oraz zasady wzywania pomocy.	wykład (1)	IS_W01, IS_W03
28. Udzielanie pomocy w ekstremalnych warunkach środowiska naturalnego.	wykład (1)	IS_W03

29. Wykorzystanie współczesnych osiągnięć techniki i komputeryzacji do działań survivalowych.	wykład (1)	IS_W01, IS_W2, IS_W03,
30. Zasady organizacji szkoleń survivalowych, indywidualnych i grupowych w zależności od potrzeb oraz oczekiwań osób zainteresowanych udziałem w sztuce przetrwania.	wykład (1)	IS_W02, IS_W03, IS_W04
1. Omówienie treści programu specjalizacji, przedstawienie kryteriów i zasad uczestnictwa w zaliczeniach, regulamin uczestnictwa w zajęciach terenowych.	ćwiczenia (2)	IS_U01, IS_U02,
2. Wyposażenie w sprzęt survivalowy przydatny do uczestnictwa w zajęciach terenowych.	ćwiczenia (2)	IS_U01, IS_U02, IS_K01, IS_K04
3. Pokonywanie naturalnych i sztucznych przeszkód terenowych.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02, IS_K01, IS_K02, IS_K03, IS_K04
4. Praktyczna realizacja zagadnień z zakresu techniki tropienia i kamuflażu.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02, IS_K01, IS_K02, IS_K03, IS_K04
5. Pozyskiwanie wody, techniki oczyszczania i jej transportowania wody. Pozyskiwanie pożywienia, obróbki i przechowywanie.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02, IS_U03, IS_K02, IS_K03, IS_K04
6. Przygotowywanie zabezpieczeń prowizorycznych, schronienia sztuczne i naturalne. Wybór miejsc do organizacji obozowisk oraz bazy szkoleniowo-noclegowych.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02, IS_U03, IS_K01, IS_K02, IS_K04
7. Praktyczne umiejętności rozpalania ognisk metodami niekonwencjonalnymi, przygotowywanie miejsc do prowadzenia integracyjnych ognisk rekreacyjnych.	ćwiczenia (2)	IS_U02, IS_U03, IS_K02, IS_K03, IS_K04
8. Wykorzystanie sprzętu specjalistycznego w zajęciach sportowych i rekreacyjnych o charakterze sztuki przetrwania.	ćwiczenia (4)	IS_U01, IS_U02, IS_K01, IS_K04
9. Zdobywanie pożywienia i wody w terenie przygodnym. Zasady organizacji szkolenia oraz realizacja treści w zależności od wieku, płci grup szkoleniowych.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02, IS_U03, IS_K01, IS_K02, IS_K03, IS_K04
10. Techniki szkoleniowe z survivalu militarnego.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02, IS_K01, IS_K02, IS_K04
11. Zasady wdrażania oraz realizowania zagadnień tematycznych w ramach survivalu miejskiego.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02, IS_U03, IS_K02, IS_K03, IS_K04

12.Prowadzenie szkoleń w warunkach niskich temperatur, na obszarach górskich, przy ograniczonej widoczności.	ćwiczenia (6)	IS_U01, IS_U02,IS_U03,IS_K01, IS_K02, IS_K04
13.Ocena teoretycznych wiadomości i praktycznych umiejętności z zakresu demonstrowanych technik przetrwania.	ćwiczenia (2)	IS_U02, IS_U03, IS_K02, IS_K03, IS_K04

METODY OCENY EFEKTÓW KSZTAŁCENIA			
Symbol przedmiotowego efektu kształcenia	Metody (sposoby) oceny ²	Typ oceny ³	Forma dokumentacji
IS_W01	praktyczne zaliczenie	formująca	adnotacja pisemna
IS_W02	ocenianie ciągle	formująca	adnotacja pisemna
IS_W03	ocenianie ciągle	formująca	adnotacja pisemna
IS_W04	ocenianie ciągle	formująca	adnotacja pisemna
IS_U01	sprawdzian umiejętności	podsumowująca	zest. elektroniczne
IS_U02	ocenianie ciągle	podsumowująca	adnotacja pisemna
IS_U03	ocenianie ciągle	podsumowująca	rejestr wyników
IS_K01	ocena aktywności indywidualnej	formująca	adnotacja pisemna
IS_K02	ocena aktywności indywidualnej	podsumowująca	adnotacja pisemna
IS_K03	ocena aktywności indywidualnej	formująca	adnotacja pisemna
IS_K04	ocena aktywności indywidualnej	formująca	adnotacja pisemna

Punkty ECTS (1 pkt ECTS = 25 godz.):

godziny kontaktowe:90 h

przygotowanie do zajęć:30 h

zapoznanie się ze wskazaną literaturą:10 h

przygotowanie do egzaminu: 20 h

Razem 150 godz. = 6 ECTS

² Ocenianie ciągle (bieżące przygotowanie do zajęć), śródsesemtralne zaliczenie pisemne, śródsesemtralne zaliczenie ustne, końcowe zaliczenia pisemne, końcowe zaliczenia ustne, egzamin pisemny, egzamin ustny, praca sesemtralna, ocena umiejętności ruchowych, praca dyplomowa, projekt, kontrola obecności

³ Formująca, podsumowująca.