

## KARTA PRZEDMIOTU

1.	<b>NAZWA PRZEDMIOTU:</b> Specjalizacja. Instruktor rekreacji ruchowej – survival	<b>KOD</b> TiR/I/st/50
2.	<b>KIERUNEK:</b> Turystyka i rekreacja	
3.	<b>POZIOM STUDIÓW<sup>1</sup>:</b> I stopień – studia stacjonarne	
4.	<b>ROK/ SEMESTR STUDIÓW:</b> II rok/IV semestr	
5.	<b>LICZBA PUNKTÓW ECTS:</b> 2	
6.	<b>LICZBA GODZIN:</b> 15/30	
7.	<b>TYP PRZEDMIOTU<sup>2</sup>:</b> fakultatywny	
8.	<b>JĘZYK WYKŁADOWY:</b> polski	
9.	<b>FORMA REALIZACJI PRZEDMIOTU<sup>3</sup>:</b> wykłady/ćwiczenia	

<sup>1</sup> Stacjonarny, niestacjonarny, e-learning

<sup>2</sup> Obowiązkowy, fakultatywny.

<sup>3</sup> Wykłady, ćwiczenia, laboratoria, projekty, warsztaty, samodzielne prowadzenie zajęć przez studenta.

<b>10.</b>	<b>WYMAGANIA WSTĘPNE I DODATKOWE (np. przedmioty poprzedzające):</b> psychologia, pedagogika, metodyka , turystyka i rekreacja, fizjologia wysiłku
------------	---

<b>11.</b>	<b>CEL PRZEDMIOTU:</b> Przygotowanie studentów do 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.
------------	--

<b>12.</b>	<b>PRZEDMIOTOWE EFEKTY KSZTAŁCENIA<sup>4</sup></b>	<b>Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia (symbol)</b>	<b>Odniesienie do obszarowych efektów kształcenia (symbol)</b>
	<b>P_W01.</b> 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.	K_W15 K_W18	M1_W03 M1_W05 M1_W06
	<b>P_W02.</b> 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.	K_W01 K_W02 K_W18	M1_W02 M1_W04 M1_W06
	<b>P_W03.</b> Posiada wiedzę na temat stosowania reguł obciążania organizmu ludzkiego,	K_W01	M1_W02

<sup>4</sup> Efekty kształcenia w zakresie wiedzy (P\_W), umiejętności (P\_U) i kompetencji społecznych (P\_K).

<p>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.</p>		
<p><b>P_U01.</b> 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.</p>	K_U06	M1_U10
<p><b>P_U02.</b> 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.</p>	K_U09	M1_U07
<p><b>P_U03.</b> 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.</p>	K_U01 K_U04	M1_U10 M1_U01 M1_U02 M1_U11
<p><b>P_K01.</b> Angażuje się w kreatywne i nowatorskie poszukiwania z zakresu rozwiązywania nieznanymi zadań, projektuje oraz tworzy system ćwiczeń i zadań realizowanych zespołowo w środowisku trudnym i nieznanym.</p>	K_K08	M1_K01 M1_K02

	<p><b>P_K02.</b> 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.</p>	K_K09	S1A_K07
--	---	-------	---------

<b>13.</b>	<b>METODY OCENY EFEKTÓW KSZTAŁCENIA</b>			
	<b>Symbol przedmiotowego efektu kształcenia</b>	<b>Metody (sposoby) oceny<sup>5</sup></b>	<b>Typ oceny<sup>6</sup></b>	<b>Forma dokumentacji</b>
	P_W01	praktyczne zaliczenie	formująca	adnotacja pisemna
	P_W02	ocenie ciągłe	formująca	adnotacja pisemna
	P_W03	ocenie ciągłe	formująca	adnotacja pisemna
	P_U01	sprawdzian umiejętności	podsumowująca	zest. elektroniczne
	P_U02	ocenie ciągłe	podsumowująca	adnotacja pisemna
	P_U03	ocenie ciągłe	podsumowująca	rejestr wyników
	P_K01	ocena aktywności indywidualnej	formująca	adnotacja pisemna
	P_K02	ocena aktywności indywidualnej	podsumowująca	adnotacja pisemna

<b>14.</b>	<b>TREŚCI PROGRAMOWE</b>		
	<b>Treść zajęć</b>	<b>Forma zajęć<sup>7</sup> (liczba godz.)</b>	<b>Symbol przedmiotowych efektów kształcenia</b>

<sup>5</sup> Ocenianie ciągłe (bieżące przygotowanie do zajęć), śródsesemtralne zaliczenie pisemne, śródsesemtralne zaliczenie ustne, końcowe zaliczenia pisemne, końcowe zaliczenia ustne, egzamin pisemny, egzamin ustny, praca semestralna, ocena umiejętności ruchowych, praca dyplomowa, projekt, kontrola obecności

<sup>6</sup> Formująca, podsumowująca.

<sup>7</sup> Wykłady, ćwiczenia, laboratoria, samodzielne prowadzenie zajęć przez studenta.

1. Historia, rodowód sztuki przetrwania w Polsce i na świecie. Główni przedstawiciele zajmujący się szkoleniami survivalowymi.	wykład (1)	P_W01, P_W02,
2. Podział technik survivalowych, specyfika i różnorodność zajęć terenowych.	wykład (1)	P_W01, P_W03
3. Podstawy psychologii przetrwania.	wykład (1)	P_W03
4. Wyposażenie w podstawowy sprzęt survivalowy w zależności od warunków szkolenia, pory roku.	wykład (1)	P_W01, P_W2, P_W03
5. Organizacja wypraw w trudnych warunkach terenowych.	wykład (1)	P_W02, P_W03,
6. Ubiór przydatny uczestnikom zajęć terenowych. Wyposażenie i skład puszk survivalowej.	wykład (1)	P_W01, P_W02,
7. Zasady i specyfika egzystencji na obszarach wysokogórskich i podbiegunowych.	wykład (1)	P_W01, P_W03
8. Pobyt w warunkach tropikalnych i na obszarach pustynnych.	wykład (1)	P_W03
9. Specyfika egzystencji w warunkach niskich temperatur. Zasady przetrwania hipotermii.	wykład (1)	P_W01, P_W2, P_W03
10. Specyfika postępowania podczas katastrof i wypadków masowych na lądzie i w wodzie.	wykład (1)	P_W02, P_W03,
11. Naturalne i sztuczne przeszkody stosowane w szkoleniach praktycznych.	wykład (1)	P_W01, P_W02,
12. Przepawy terenowe z wykorzystaniem sprzętu specjalistycznego, techniki zabezpieczania i asekuracji w wyprawach szkoleniowych.	wykład (1)	P_W01, P_W03
13. Techniki tropienia oraz egzystencja podczas kontaktu z regionalną fauną i florą.	wykład (1)	P_W03
14. Niekonwencjonalne sposoby określania własnego położenia w nieznanym terenie. Znaki przyrody i metody wyznaczania kierunków świata.	wykład (1)	P_W01, P_W2, P_W03
15. Sposoby i techniki wyznaczania kierunków świata. Podstawy pracy z kompasem, mapą topograficzną.	wykład (1)	P_W02, P_W03,

1. Omówienie treści programu specjalizacji, przedstawienie kryteriów i zasad uczestnictwa w zaliczeniach, regulamin uczestnictwa w zajęciach terenowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02
2. Wyposażenie w sprzęt survivalowy przydatny do uczestnictwa w zajęciach terenowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01
3. Pokonywanie naturalnych i sztucznych przeszkód terenowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01, P_K02,
4. Pokonywanie naturalnych i sztucznych przeszkód terenowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U03, P_K02
5. Pokonywanie naturalnych i sztucznych przeszkód terenowych.	ćwiczenia (2)	P_U02, P_U03, P_K02, P_K03
6. Praktyczna realizacja zagadnień z zakresu techniki tropienia i kamuflażu.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02
7. Praktyczna realizacja zagadnień z zakresu techniki tropienia i kamuflażu.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01
8. Praktyczna realizacja zagadnień z zakresu techniki tropienia i kamuflażu.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01, P_K02,
9. Pozyskiwanie wody, techniki oczyszczania i jej transportowania wody. Pozyskiwanie pożywienia, obróbki i przechowywanie.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U03, P_K02
10. Pozyskiwanie wody, techniki oczyszczania i jej transportowania wody. Pozyskiwanie pożywienia, obróbki i przechowywanie.	ćwiczenia (2)	P_U02, P_U03, P_K02, P_K03
11. Pozyskiwanie wody, techniki oczyszczania i jej transportowania wody. Pozyskiwanie pożywienia, obróbki i przechowywanie.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02
12. Przygotowywanie zabezpieczeń prowizorycznych, schronienia sztuczne i naturalne. Wybór miejsc do organizacji obozowisk oraz bazy szkoleniowo-noclegowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01
13. Przygotowywanie zabezpieczeń prowizorycznych, schronienia sztuczne i naturalne. Wybór miejsc do	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01, P_K02,

	organizacji obozowisk oraz bazy szkoleniowo-noclegowych.		
	14. Przygotowywanie zabezpieczeń prowizorycznych, schronienia sztuczne i naturalne. Wybór miejsc do organizacji obozowisk oraz bazy szkoleniowo-noclegowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U03, P_K02
	15. Praktyczne umiejętności rozpalania ognisk metodami niekonwencjonalnymi, przygotowywanie miejsc do prowadzenia integracyjnych ognisk rekreacyjnych.	ćwiczenia (2)	P_U02, P_U03, P_K02, P_K03

<b>15.</b>	<b>NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE:</b>  1. Laptop, projektor multimedialny – do prowadzenia wykładów. 2. Indywidualny sprzęt survivalowy.
------------	---

<b>16.</b>	<b>WARUNKI ZALICZENIA:</b>  Przygotowanie i zademonstrowanie wybranych technik survivalowych, czynny udział w wyprawie terenowej, sprawdzian wiadomości z teorii.
------------	---

<b>17.</b>	<b>PRZYKŁADOWE ZAGADNIENIA EGZAMINACYJNE (ZALICZENIOWE):</b>  1. Ocena sprawności fizycznej na survivalowym torze przeszkód. 2. Test wiedzy z zakresu survivalu. 3. Praktyczne prowadzenie szkoleń instruktarskich. 4. Zaliczenie cząstkowych elementów praktycznych podczas wyjazdów terenowych.
------------	--

<b>18.</b>	<b>LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA<sup>8</sup>:</b>  1. Clancy T. (2001). Special Forces. US Army Special Forces, London. 2. Gniwkiewicz G., Ozga M. (2007). Kampfschwimmer – komandosi Bundesmarine. Polish Hyperbaric Research,, 4, 33, 7-21. 3. Różański P. (2010). Pływanie użytkowe w szkoleniach ekstremalnych. WFiZdr., Warszawa, 6, 494, 23-28. 4. Darman P. (1998). Podręcznik survivalu. PELTA, Warszawa. 5. Marshall S. (2000). Szkoła przetrwania. Prószyński i S-ka, Warszawa.
------------	---

<sup>8</sup> Dostępna w czytelnicy, bibliotece, Internecie.

	6. Mears R. (2002). Podręcznik sztuki przetrwania. Dom Wydaw. BELLONA, Warszawa.		
	7. Pałkiewicz J. (1998). Survival. Sztuka przetrwania. Dom Wydaw. Bellona, Warszawa.		
<b>19.</b>	<b>OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA</b>		
	<b>Forma aktywności</b>		<b>Liczba godzin na zrealizowanie aktywności w semestrze</b>
	1. Realizacja przedmiotu: wykłady	Zajęcia wymagające udziału prowadzącego	15
	2. Realizacja przedmiotu: ćwiczenia		30
	3. Realizacja przedmiotu: laboratoria		0
	4. Egzamin		0
	5. Inne godziny kontaktowe z nauczycielem		2
	<i>Łączna liczba godzin zajęć realizowanych z udziałem prowadzącego (pkt. a + b + c + d + e)</i>		
	6. Przygotowanie się do zajęć	Samokształcenie	3
	7. Przygotowanie się do zaliczeń/kolokwiiów		0
	8. Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia końcowego		
	i) Wykonanie zadań poza uczelnią		0
	<i>Łączna liczba godzin zajęć realizowanych we własnym zakresie (pkt. f + g + h + i)</i>		
	Razem godzin (zajęcia z udziałem prowadzącego + samokształcenie)		50
	Liczba punktów ECTS		2

<b>20.</b>	<b>PROWADZĄCY PRZEDMIOT (IMIE, NAZWISKO, ADRES E-MAIL, KATEDRA, ZAKŁAD, NR POKOJU)</b>
	1. dr Paweł Różański <a href="mailto:pawel.rozanski@awf-bp.edu.pl">pawel.rozanski@awf-bp.edu.pl</a> (Katedra Teorii i Praktyki Sportu, Zakład Sportów Walki i Podnoszenia Ciężarów, pokój 110)
	2. mgr Filip Korpak, <a href="mailto:filip.korpak@awf-bp.edu.pl">filip.korpak@awf-bp.edu.pl</a> (Katedra Turystyki i Rekreacji, Zakład Rekreacji, Pokój 332a)
	3. mgr Marek Kulik, <a href="mailto:marek.kulik@poczta.fm">marek.kulik@poczta.fm</a> , (Katedra Wychowania Fizycznego, Pracownia Gier i Zabaw oraz Ćwiczeń Muzyczno-Ruchowych, Pokój 333)



## KARTA PRZEDMIOTU

1.	<b>NAZWA PRZEDMIOTU:</b> Specjalizacja. Instruktor rekreacji ruchowej – survival	<b>KOD</b> TiR/I/st/50
2.	<b>KIERUNEK:</b> Turystyka i rekreacja	
3.	<b>POZIOM STUDIÓW<sup>9</sup>:</b> I stopień – studia stacjonarne	
4.	<b>ROK/ SEMESTR STUDIÓW:</b> III rok/V semestr	
5.	<b>LICZBA PUNKTÓW ECTS:</b> 8	
6.	<b>LICZBA GODZIN:</b> 15/30	
7.	<b>TYP PRZEDMIOTU<sup>10</sup>:</b> fakultatywny	
8.	<b>JĘZYK WYKŁADOWY:</b> polski	
9.	<b>FORMA REALIZACJI PRZEDMIOTU<sup>11</sup>:</b> wykłady/ćwiczenia	
10.	<b>WYMAGANIA WSTĘPNE I DODATKOWE (np. przedmioty poprzedzające):</b> psychologia, pedagogika, metodyka , turystyka i rekreacja, fizjologia wysiłku	

<sup>9</sup> Stacjonarny, niestacjonarny, e-learning

<sup>10</sup> Obowiązkowy, fakultatywny.

<sup>11</sup> Wykłady, ćwiczenia, laboratoria, samodzielne prowadzenie zajęć przez studenta.

<b>11.</b>	<b>CEL PRZEDMIOTU:</b> Przygotowanie studentów do 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.
------------	--

<b>12.</b>	<b>PRZEDMIOTOWE EFEKTY KSZTAŁCENIA<sup>12</sup></b>	<b>Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia (symbol)</b>	<b>Odniesienie do obszarowych efektów kształcenia (symbol)</b>
	<b>P_W01.</b> 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.	K_W15 K_W18	M1_W03 M1_W05 M1_W06
	<b>P_W02.</b> 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.	K_W01 K_W02 K_W18	M1_W02 M1_W04 M1_W06
	<b>P_W03.</b> 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,	K_W01	M1_W02

<sup>12</sup> Efekty kształcenia w zakresie wiedzy (P\_W), umiejętności (P\_U) i kompetencji społecznych (P\_K).

wydolności i sprawności fizycznej poszczególnych uczestników zajęć terenowych.		
<b>P_U01.</b> 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.	K_U06	M1_U10
<b>P_U02.</b> 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.	K_U09	M1_U07
<b>P_U03.</b> Posiada umiejętności specjalistyczne 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.	K_U01 K_U04	M1_U10 M1_U01 M1_U02 M1_U11
<b>P_K01.</b> Angażuje się w kreatywne i nowatorskie poszukiwania z zakresu rozwiązywania nieznanymi zadań, projektuje oraz tworzy system ćwiczeń i zadań realizowanych zespołowo w środowisku trudnym i nieznanym.	K_K08	M1_K01 M1_K02
<b>P_K02.</b> Jest przygotowany do samodzielnego prowadzenia szkolenia oraz inicjowania nowych form ruchu, zajęć terenowych realizowanych w sposób planowany i	K_K09	S1A_K07

profesjonalny, potrafi kierować zespołami ludzkimi realizując złożone szkoleniowe i edukacyjne. Wykazuje przedsiębiorczość, potrafi zorganizować pracę zespołu, wskazuje predyspozycje do przyjmowania ról społecznych.		
---	--	--

<b>13. METODY OCENY EFEKTÓW KSZTAŁCENIA</b>			
<b>Symbol przedmiotowego efektu kształcenia</b>	<b>Metody (sposoby) oceny<sup>13</sup></b>	<b>Typ oceny<sup>14</sup></b>	<b>Forma dokumentacji</b>
P_W01	praktyczne zaliczenie	formująca	adnotacja pisemna
P_W02	ocenianie ciągle	formująca	adnotacja pisemna
P_W03	ocenianie ciągle	formująca	adnotacja pisemna
P_U01	sprawdzian umiejętności	podsumowująca	zest. elektroniczne
P_U02	ocenianie ciągle	podsumowująca	adnotacja pisemna
P_U03	ocenianie ciągle	podsumowująca	rejestr wyników
P_K01	ocena aktywności indywidualnej	formująca	adnotacja pisemna
P_K02	ocena aktywności indywidualnej	podsumowująca	adnotacja pisemna

<b>14. TREŚCI PROGRAMOWE</b>		
<b>Treść zajęć</b>	<b>Forma zajęć<sup>15</sup> (liczba godz.)</b>	<b>Symbol przedmiotowych efektów kształcenia</b>
16. Zasady oraz specyfika działania przy zagrożeniu atakiem terrorystycznym.	wykład (1)	P_W01, P_W02,
17. Podstawy metodyki prowadzenia szkoleń w warunkach terenowych.	wykład (1)	P_W01, P_W03
18. Wybrane formy zadaniowe, zabawowe i szkoleń przydatnych w survivalu. Nauczanie indywidualnej i zespołowej współpracy w terenie.	wykład (1)	P_W03

<sup>13</sup> Ocenianie ciągle (bieżące przygotowanie do zajęć), śródsesemtralne zaliczenie pisemne, śródsesemtralne zaliczenie ustne, końcowe zaliczenia pisemne, końcowe zaliczenia ustne, egzamin pisemny, egzamin ustny, praca semestralna, ocena umiejętności ruchowych, praca dyplomowa, projekt, kontrola obecności

<sup>14</sup> Formująca, podsumowująca.

<sup>15</sup> Wykłady, ćwiczenia, laboratoria, samodzielne prowadzenie zajęć przez studenta.

19. Zasady i sposoby pozyskiwania wody. Zdobywanie, oczyszczanie i transport wody.	wykład (1)	P_W01, P_W2, P_W03,
20. Zasady zdobywania pożywienia, jego obróbki, techniki przechowywania.	wykład (1)	P_W02, P_W03,
21. Zabezpieczenia i schronienia prowizoryczne, naturalne stosowane w warunkach terenowych.	wykład (1)	P_W01, P_W02,
22. Dobór miejsc do organizacji obozowisk, planowanie i ich rozmieszczenie, budowa schronień prowizorycznych.	wykład (1)	P_W01, P_W03
23. Przetrwanie w dużych aglomeracjach miejskich. Podstawy survivalu miejskiego.	wykład (1)	P_W03
24. Specyfika survivalu militarnego, zasady i priorytety szkoleń obronnych.	wykład (1)	P_W01, P_W2, P_W03,
25. Formy i metody porozumiewania się, kodowania informacji w trudnych warunkach terenowych.	wykład (1)	P_W02, P_W03,
26. Wykorzystanie krótkofalówek i innych sposobów w łączności podczas przekazywania informacji.	wykład (1)	P_W01, P_W02,
27. Sposoby alarmowania sytuacji niebezpiecznych oraz zasady wzywania pomocy.	wykład (1)	P_W01, P_W03
28. Udzielanie pomocy w ekstremalnych warunkach środowiska naturalnego.	wykład (1)	P_W03
29. Wykorzystanie współczesnych osiągnięć techniki i komputeryzacji do działań survivalowych.	wykład (1)	P_W01, P_W2, P_W03,
30. Zasady organizacji szkoleń survivalowych, indywidualnych i grupowych w zależności od potrzeb oraz oczekiwań osób zainteresowanych udziałem w sztuce przetrwania.	wykład (1)	P_W02, P_W03,
16. Omówienie treści programu specjalizacji, przedstawienie kryteriów i zasad uczestnictwa w zaliczeniach, regulamin uczestnictwa w zajęciach terenowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02
17. Wykorzystanie sprzętu specjalistycznego w zajęciach sportowych i rekreacyjnych o charakterze sztuki przetrwania.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01
18. Zdobywanie pożywienia i wody w terenie przygodnym. Zasady organizacji szkolenia oraz realizacja treści w zależności od wieku, płci grup	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01, P_K02,

szkoleniowych.		
19.Zdobywanie pożywienia i wody w terenie przygodnym. Zasady organizacji szkolenia oraz realizacja treści w zależności od wieku, płci grup szkoleniowych.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U03, P_K02
20.Zdobywanie pożywienia i wody w terenie przygodnym. Zasady organizacji szkolenia oraz realizacja treści w zależności od wieku, płci grup szkoleniowych.	ćwiczenia (2)	P_U02, P_U03, P_K02, P_K03
21.Techniki szkoleniowe z survivalu militarnego.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02
22.Techniki szkoleniowe z survivalu militarnego.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01
23.Techniki szkoleniowe z survivalu militarnego.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01, P_K02,
24.Zasady wdrażania oraz realizowania zagadnień tematycznych w ramach survivalu miejskiego.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U03, P_K02
25.Zasady wdrażania oraz realizowania zagadnień tematycznych w ramach survivalu miejskiego.	ćwiczenia (2)	P_U02, P_U03, P_K02, P_K03
26.Zasady wdrażania oraz realizowania zagadnień tematycznych w ramach survivalu miejskiego.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02
27.Prowadzenie szkoleń w warunkach niskich temperatur, na obszarach górskich, przy ograniczonej widoczności.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01
28.Prowadzenie szkoleń w warunkach niskich temperatur, na obszarach górskich, przy ograniczonej widoczności.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U02, P_K01, P_K02,
29.Prowadzenie szkoleń w warunkach niskich temperatur, na obszarach górskich, przy ograniczonej widoczności.	ćwiczenia (2)	P_U01, P_U03, P_K02
30.Ocena teoretycznych wiadomości i praktycznych umiejętności z zakresu demonstrowanych technik	ćwiczenia (2)	P_U02, P_U03, P_K02, P_K03

	przetrwania.		
--	--------------	--	--

<b>15.</b>	<b>NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE:</b> 3. Laptop, projektor multimedialny – do prowadzenia wykładów; 4. Indywidualny sprzęt survivalowy.
------------	---

<b>16.</b>	<b>WARUNKI ZALICZENIA:</b> Przygotowanie i zademonstrowanie wybranych technik survivalowych, przeprowadzenie zajęć instruktarzowych z wybraną grupą docelową, czynny udział w wyprawie terenowej, egzamin teoretyczny dotyczący wiadomości na temat sztuki przetrwania.
------------	--

<b>17.</b>	<b>PRZYKŁADOWE ZAGADNIENIA EGZAMINACYJNE (ZALICZENIOWE):</b> 5. Ocena sprawności fizycznej na survivalowym torze przeszkód. 6. Test wiedzy z zakresu survivalu. 7. Praktyczne prowadzenie szkoleń instruktarzowych. 8. Zaliczenie cząstkowych elementów praktycznych podczas wyjazdów terenowych.
------------	---

<b>18.</b>	<b>LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA<sup>16</sup>:</b> 8. Clancy T. (2001). Special Forces. US Army Special Forces, London. 9. Gniwkiewicz G., Ozga M. (2007). Kampfschwimmer – komandosi Bundesmarine. Polish Hyperbaric Research, , 4, 33, 7-21. 10. Różański P. (2010). Pływanie użytkowe w szkoleniach ekstremalnych. WFiZdr., Warszawa, 6, 494, 23-28. 11. Darman P. (1998). Podręcznik survivalu. PELTA, Warszawa. 12. Marshall S. (2000). Szkoła przetrwania. Prószyński i S-ka, Warszawa. 13. Mears R. (2002). Podręcznik sztuki przetrwania. Dom Wydaw. BELLONA, Warszawa. 14. Pałkiewicz J. (1998). Survival. Sztuka przetrwania. Dom Wydaw. Bellona, Warszawa.
------------	--

<sup>16</sup> Dostępna w czytelnicy, bibliotece, Internecie.

19. OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA		
Forma aktywności		Liczba godzin na zrealizowanie aktywności w semestrze
1. Realizacja przedmiotu: wykłady	Zajęcia wymagające udziału prowadzącego	15
2. Realizacja przedmiotu: ćwiczenia		30
3. Realizacja przedmiotu: laboratoria		0
4. Egzamin		2
5. Inne godziny kontaktowe z nauczycielem		33
<i>Łączna liczba godzin zajęć realizowanych z udziałem prowadzącego (pkt. a + b + c + d + e)</i>		80
6. Przygotowanie się do zajęć	Samokształcenie	50
7. Przygotowanie się do zaliczeń/kolokwiów		50
8. Przygotowanie się do egzaminu/zaliczenia końcowego		20
i) Wykonanie zadań poza uczelnią		0
<i>Łączna liczba godzin zajęć realizowanych we własnym zakresie (pkt. f + g + h + i)</i>		120
Razem godzin (zajęcia z udziałem prowadzącego + samokształcenie)		200
Liczba punktów ECTS		8

20.	<p><b>PROWADZĄCY PRZEDMIOT (IMIĘ, NAZWISKO, ADRES E-MAIL, KATEDRA, ZAKŁAD, NR POKOJU)</b></p> <p>4. dr Paweł Różański <a href="mailto:pawel.rozanski@awf-bp.edu.pl">pawel.rozanski@awf-bp.edu.pl</a> (Katedra Teorii i Praktyki Sportu, Zakład Sportów Walki i Podnoszenia Ciężarów, pokój 110)</p> <p>5. mgr Filip Korpak, <a href="mailto:filip.korpak@awf-bp.edu.pl">filip.korpak@awf-bp.edu.pl</a> (Katedra Turystyki i Rekreacji, Zakład Rekreacji, Pokój 332a)</p> <p>6. mgr Marek Kulik, <a href="mailto:marek.kulik@poczta.fm">marek.kulik@poczta.fm</a>, (Katedra Wychowania Fizycznego, Pracownia Gier i Zabaw oraz Ćwiczeń Muzyczno-Ruchowych, Pokój 333)</p>
-----	--