**Przedmiot: Praktyki zawodowe – obóz sprawnościowy  
Autor programu: mgr Michał Sroka**

1. **Ratownictwo wodne:**

* Bezpieczeństwo nad wodą
* Pływanie
* Holowanie tonącego
* Nurkowanie
* Nauka wiosłowania łodzią ratunkową
* Zapoznanie się ze sprzętem ratowniczym
* Ratownictwo nurkowe

1. **Żeglarstwo:**  
   Zapoznanie studentów z podstawowymi zasadami żeglugi oraz niezbędnymi umiejętnościami ratunkowymi na łodziach żaglowych (podchodzenie do tonącego, sprzęt ratunkowy i jego obsługa)
2. **Survival – wspinaczka linowa:**

* Zapoznanie studentów z niezbędnym sprzętem wspinaczkowym oraz asekuracyjno-wspinaczkowym ze szczególnym zwróceniem uwagi na bezpieczeństwo (asekuracja, samo asekuracja)
* Zasady oraz sposoby pokonywania trudnego terenu
* Topografia (azymuty)
* Umiejętność konstruowania przepraw linowych
* Transport rannych oraz umiejętność konstruowania: nowszy oraz elementów usztywniających złamania w warunkach ekstremalnych

1. **Kajakarstwo:**

* Zapoznanie studentów z zasadami poruszania się kajakiem oraz z jego bezpiecznym użytkowaniem
* Sposoby wykorzystania kajaku podczas akcji ratunkowej
* Sposoby asekuracji
* Fabularyzowane sytuacje niebezpieczne oraz sposoby ich rozwiązywania

1. **Gry i zabawy ruchowe mające podnieść ogólną sprawność studentów:**

* Piłka siatkowa
* Piłka koszykowa
* Piłka nożna
* Tenis ziemny

**Warunki zaliczenia:**

* Stuprocentowa obecność
* Samoocena
* Repetycja końcowa (zaliczenie z oceną)