**PRAKTYKI ZAWODOWE – OBÓZ SPRAWNOŚCIOWY**

**Autor programu: mgr Michał Sroka**

**Wymiar praktyki: 40 godz.**

1. **Ratownictwo wodne:**
2. bezpieczeństwo nad wodą
3. pływanie
4. holowanie tonącego
5. nurkowanie
6. nauka wiosłowania łodzią ratowniczą
7. zapoznanie się ze sprzętem ratowniczym
8. ratownictwo nurkowe
9. **Żeglarstwo**

Zapoznanie studentów z podstawowymi zasadami żeglugi oraz z niezbędnymi umiejętnościami ratunkowymi na łodziach żaglowych (podchodzenie do tonącego, sprzęt ratunkowy i jego obsługa).

1. **Kajakarstwo:**

Zapoznanie studentów z zasadami poruszania się kajakiem oraz z jego bezpiecznym użytkowaniem

1. sposoby wykorzystania kajaku podczas akcji ratunkowej
2. sposoby asekuracji
3. fabularyzowane sytuacje niebezpieczne oraz sposoby ich rozwiązania
4. **Gry i zabawy ruchowe mające podnieść ogólną sprawność studentów:**
5. piłka siatkowa
6. piłka koszykowa
7. piłka nożna
8. tenis ziemny

**Warunki zaliczenia:**

1. Stuprocentowa obecność
2. Samoocena
3. Repetycja końcowa (zaliczenie z oceną)