

KARTA MODUŁU KSZTAŁCENIA

I. Informacje ogólne

1 Nazwa modułu kształcenia

Techniki wspinaczki

2 Nazwa jednostki prowadzącej moduł

Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych
Katedra Zdrowia
Zakład Ratownictwa Medycznego

3 Kod modułu (wypełnia koordynator ECTS)

4 Grupa treści kształcenia
treści kształcenia podstawowego

5 Typ modułu
Obowiązkowy

6 Poziom studiów
studia I stopnia

7 Liczba punktów ECTS
1

8 Poziom przedmiotu
Podstawowy

9 Rok studiów, semestr
II rok, semestr 3

10 Liczba godzin w semestrze

11 Liczba godzin w tygodniu

Wyk.	Zaj.pr.	Lab.	Sem.	Proj.	Wyk.	Zaj.pr.	Lab.	Sem.	Proj.

studia stacjonarne

30

2

12 Język wykładowy: polski

13 Wykładowca

Michał Sroka – mgr

II. Informacje szczegółowe

14 Wymagania wstępne

1. Dobry stan zdrowia, umiarkowana sprawność fizyczna

15 Cele przedmiotu

C1	Zapoznanie z podstawowymi umiejętnościami z zakresu bezpieczeństwa wspinaczki .
C2	Poznanie podstawowych technik wspinaczki ściankowej.
C3	Zdobycie wiedzy z zakresu bezpiecznego korzystania ze sprzętu oraz ściany wspinaczkowej.

16 Efekty kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych

nr	student, który zaliczył przedmiot, potrafi:	odniesienie do celów przedmiotu
EK01	Racjonalnie i bezpiecznie planować zajęcia ze wspinaczki ściankowej.	C1, C3
EK02	Wykonać podstawowe techniki wspinaczkowe, prawidłowe posługiwanie się sprzętem wspinaczkowym..	C1, C2
EK03	Wykonać podstawowe węzły wspinaczkowe: ósemka, zderzakowy, płaski.	C1, C2, C3
EK04	Doskonalić i wykorzystywać zdolności interpersonalne w aktywności społecznej.	C1, C2, C3

17 Treści programowe

	forma zajęć – zajęcia praktyczne	liczba godzin S	liczba godzin NS	odniesienie do celów przedmiotu
ĆW1	Zapoznanie ze sztuczną ścianką i zasadami BHP. Nauka	3		EK01, EK02

	posługiwanie się sprzętem wspinaczkowym.		
ĆW2	Zasady i nauka asekuracji. Węzły i ich zastosowanie.	4	EK02 , EK03, EK04
ĆW3	Podstawowe sposoby poruszania się z po ścianie wspinaczkowej: żabka, Egipcjanin .	6	EK01, EK02, EKO3
ĆW4	Wspinanie z asekuracją i z prowadzeniem.	8	EK02, EK03, EK04
ĆW5	Nauka bezpiecznej asekuracji dynamicznej	4	EK02 , EK03, EK04
ĆW6	Gry i zabawy wspinaczkowe: zbieranie fantów ,kto wyżej , kto szybciej.	5	EK01, EK04
	suma godzin	30	

18 Narzędzia/metody/formy dydaktyczne	
1.	Przyrządy wspinaczkowe: kubek, ósemka, gri-gri, uprząż.
2.	Liny dynamiczne i statyczne.
3.	Scenariusze i rodzaje trudności dróg wspinaczkowych.

19 Sposoby oceny (F – formująca, P – podsumowująca)	
P1.	Zaliczenie praktyczne

20 Obciążenie pracą studenta	
forma aktywności	średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
	S
Godziny kontaktowe z nauczycielem	30
Konsultacje przedmiotowe (godziny kontaktowe)	
Przygotowanie się do ćwiczeń	10
Przygotowanie do zaliczenia	
SUMA	40
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1

21 Literatura podstawowa i uzupełniająca	
Literatura podstawowa:	
1. Wojciech Swędziół. Wspinaczka halowa i skałkowa z osobami niewidzącymi W: Kultura i rekreacja ruchowa w integracji osób niepełnosprawnych / red. J. Bergier, Z. KubińskaBiała Podl. 2006Wydawnictwo PWSZ im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej	
2. Wspinaczka ściankowa : jako propozycja zajęć pozalekcyjnych i aktywności rodzinnej  Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne2011, nr 9, s. 21--24	

22 Formy oceny – szczegóły				
nr efektu	na ocenę 2 (ndst)	na ocenę 3 (dst)	na ocenę 4 (db)	na ocenę 5 (bdb)
EK01	Student nie uczestniczy w zajęciach, nie posługuje się terminologią specjalistyczną, zna zasady BHP, nie potrafi zaplanować zgodnie z zasadami swojego czasu wolnego w przestrzeni publicznej	Student uczestniczy w zajęciach, posługuje się terminologią specjalistyczną w stopniu podstawowym, zna zasady BHP, potrafi wskazać zasady organizacji czasu wolnego w przestrzeni publicznej	Student uczestniczy w zajęciach, poprawnie posługuje się terminologią specjalistyczną, zna zasady BHP, potrafi wymienić i rozumie znaczenie zasad organizacji czasu wolnego w przestrzeni publicznej	Student uczestniczy w zajęciach, poprawnie posługuje się terminologią specjalistyczną, zna zasady BHP, zna i potrafi wykorzystać w praktyce zasady organizacji czasu wolnego w przestrzeni publicznej

EK02	Student nie potrafi wykonać podstawowych technik wspinaczkowe	Student potrafi wykonać podstawowych technik wspinaczkowe	Student potrafi swobodnie wykonuje, podstawowych technik wspinaczkowe	Student potrafi swobodnie wykonać podstawowych technik wspinaczkowych w ustalonych zadaniach ruchowych.
EK03	Student nie rozumie i nie potrafi wykonać podstawowych węzłów wspinaczkowych: ósemka, zderzakowy, płaski	Student rozumie i potrafi wykonać podstawowych węzłów wspinaczkowych: ósemka, zderzakowy, płaski	Student rozumie i potrafi swobodnie wykonać podstawowe węzły wspinaczkowe: ósemka, zderzakowy, płaski	Student rozumie i potrafi swobodnie wykonać podstawowe węzły wspinaczkowe: ósemka, zderzakowy, płaski
EK04	Student nie doskonali i nie potrafi wykorzystywać zdolności interpersonalnych w aktywności społecznej	Student doskonali i potrafi wykorzystywać zdolności interpersonalne w aktywności społecznej	Student doskonali i potrafi swobodnie wykorzystywać zdolności interpersonalne w aktywności społecznej	Student doskonali i potrafi swobodnie wykorzystywać zdolności interpersonalne w aktywności społecznej w zaawansowanym zakresie
III.Inne przydatne informacje				
22 Inne przydatne informacje o przedmiocie				
1. Informacja, gdzie można zapoznać się z prezentacjami do zajęć, instrukcjami do laboratorium, itp.				
2. Informacje na temat miejsca odbywania zajęć.				
3. Informacja na temat terminu zajęć (dzień tygodnia/godzina).				
4. Informacja na temat konsultacji (godziny+miejsce).				

Tabela podsumowująca.

Efekt kształcenia	Odniesienie danego efektu do efektów zdefiniowanych dla całego programu („kierunkowych”)	Cele przedmiotu	Treści programowe	Narzędzia dydaktyczne	Sposób oceny
EK01	K_W06, K_W09, K_W10, K_W18, K_U4, K_U34, K_U41, K_K3, K_K5	C1, C3	ĆW 6	1, 3	P1
EK02	K_W01, K_W02, K_U34, K_U41, K_K1, K_K2	C1, C2	ĆW 1-5	1	P1
EK03	K_W01, K_W02, K_U34, K_U41, K_K1, K_K2	C1, C2, C3	ĆW 1-5	1, 2, 3	P1
EK04	K_W09, K_W10, K_U06, K_K3, K_K5	C1, C2, C3	ĆW 5-6	2, 3	P1