

Arkusz opisu przedmiotu do Katalogu Przedmiotów ECTS											
1 Nazwa przedmiotu PLYWANIE I PŁETWONURKOWANIE											
2 Kod przedmiotu 16.1 II 3/5-6 001			3 Formuła przedmiotu ćwiczenia			4 Typ przedmiotu ograniczonego wyboru					
5 Liczba punktów ECTS: 4					6 Poziom przedmiotu podstawowy						
7 Semestry III rok, V, VI semestr		8 Liczba godzin w semestrze				9 Liczba godzin w tygodniu					
		Wyk.	Ćw.	Lab	Se m	Sa mo ksz	Wyk	Ćw.	La b.	Se m.	Sa mok sz
		-	V-30 VI-30	-	-	-	-	V-2 VI-2	-	-	-
10 Język nauczania: polski											
11 Wykładowca dr Michał Sroka											
12 Wymagania wstępne Podstawowa umiejętność pływania											
13 Cel nauczania Celem przedmiotu jest zdobycie wiedzy z zakresu ratownictwa wodnego. Zdobycie umiejętności pletwonurkowania.											
14 Metody dydaktyczne Wykład informacyjny, pokaz z objaśnieniem, ćwiczenia											
15 Efekty kształcenia W wyniku realizacji przedmiotu student potrafi: WIEDZA - omówić przyczyny utonięć - opisać zasady ratownictwa wodnego - określić zagrożenia podczas pletwonurkowania - omówić zasady użytkowania sprzętu do pracy pod wodą UMIEJĘTNOŚCI - zachować się w sytuacjach trudnych w czasie nurkowania - udzielić pomocy tonącemu - wykorzystać sprzęt dostępny w ratownictwie wodnym POSTAWA - przestrzegać zasad bezpieczeństwa nurkowania i ratownictwa wodnego											
16 Program nauczania Ćwiczenia 1. Wybrane zagadnienia z ratownictwa wodnego: przyczyny i okoliczności utonięć, sposoby pływania wykorzystywane w ratownictwie wodnym, skoki ratownicze, udzielanie pomocy tonącemu. 2. Doskonalenie pływania w sprzęcie ABC 3. Doskonalenie pływania w płetwach 4. Zasady prawidłowego wstrzymywania oddechu 5. Mechanizm procesu utonięcia 6. Udzielanie pomocy tonącemu w różnych przypadkach											

7. Stres i panika pod wodą
8. Holowanie osób zagrożonych
9. Technika przenoszenia osób poszkodowanych
10. Wyposażenie podstawowe i pomocnicze nurka
11. Wyposażenie powietrzne nurka
12. Nurkowe wyposażenie uzupełniające
13. Człowiek po wodą (działanie gazów, widzenie, słyszenie, narządy zmysłów pod wodą, wpływ ciśnienia, , kto może nurkować)
14. Choroby i wypadki nurkowe (urazy ciśnieniowe, choroba ciśnieniowa)
15. Zasady nurkowania (nurkowanie w aparacie powietrznym)
16. Nurkowanie w sprzęcie ABC (maska, rurka do oddychania, płetwy)
17. Zasady prawidłowej konserwacji sprzętu nurkowego
18. Techniki nurkowania(nurkowanie nocne, pod lodem, w rzece)
19. Świat podwodny

17 Metody i formy oceny pracy studenta

Zaliczenie na ocenę, obecność

18 Zalecana lektura i materiały pomocnicze

Literatura podstawowa

1. Dąbrowski M., Ratownictwo nurkowe z elementami pierwszej pomocy przedmedycznej. 2005
2. Błasiak P. Chadaj M. Kurek K. Ratownictwo wodne. Wadamecum. Prószyński i Spółka, Warszawa 2001
3. Płóciennik W (red.) Prawie wszystko o ratownictwie wodnym. Zarząd Główny WOPR, Warszawa 1993

Literatura uzupełniająca

1. Strugalski T., Wypadki nurkowe. Analiza gorzkich doświadczeń. 2010
2. Macke J. Kuszewski K. Zieleniec G. Nurkowanie. Sport i Turystyka, Warszawa, 2000

19 Uwagi dodatkowe

