

Wspinaczka - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Wspinaczka
Kod przedmiotu	16.1-WL-RAT-W
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Ratownictwo medyczne
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2018/2019

Informacje o przedmiocie	
Semestr	2
Liczba punktów ECTS do zdobycia	1
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr Tomasz Grzybowski

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Ćwiczenia	15	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Zapoznać studentów z praktycznymi umiejętnościami, metodami i formami prowadzenia wspinaczki, przemieszczania się w terenie stromym, bezpieczeństwa w czasie wykonywania wspinaczki.

Wymagania wstępne

Brak

Zakres tematyczny

1. Podstawowe zagadnienia dotyczące wspinanie: między innymi rodzaje, formy, miejsca wspinaczki
2. Rodzaje asekuracji.
3. Najczęściej spotykane kontuzje wspinaczkowe.
4. Specjalistyczne służby ratownicze nakierowane na wypadki wspinaczkowe
5. Nauka korzystania z podstawowych przyrządów wspinaczkowych takich jak: uprząże, kaski, karabinki, liny, buty, przyrządy asekuracyjne
6. Podstawy wspinaczki na sztucznych obiektach
7. Zasady bezpieczeństwa w czasie wspinaczki.

Metody kształcenia

pogadanki, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
zna wpływ aktywności fizycznej na prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz zna zagrożenia dla zdrowia wynikające z niehigienicznego trybu życia	• K_W10	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach	• Ćwiczenia
potrafi zastosować różne formy wspinaczki	• K_U12 • K_U18	• obserwacja i ocena aktywności na zajęciach • test sprawności fizycznej	• Ćwiczenia
samodzielnie podejmuje formy aktywności fizycznej w dbałości o stan swojej sprawności i bezpieczeństwa	• K_U18 • K_K07	• obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Podstawą zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach, ocena sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych, znajomości przez studenta metod i form prowadzenia wspinaczki i przemieszczanie się w terenie stromym.

Literatura podstawowa

1. Fyffe A., Iain P, Podręcznik wspinaczki. Galaktyka, Łódź, 2003.

2. Horst E., Trening wspinaczkowy, wyd. III, 2016.
3. Long J.: Wspinaczka praktyczny podręcznik. Wydawnictwo RM, 2012.

Literatura uzupełniająca

<http://www.ifsc-climbing.org/>

Uwagi

Zmodyfikowane przez mgr Beata Wojciechowska (ostatnia modyfikacja: 12-12-2017 15:19)

Wygenerowano automatycznie z systemu SyllabUZ