

Sylabus kursu instruktora AWF Katowice

Nazwa kursu: Organizacja szkolnych wycieczek i zawodów rowerowych	
Jednostka organizująca kurs: Akademickie Centrum Kształcenia	
Wydział realizujący kurs: Wydział Wychowania fizycznego	Jednostka realizująca kurs: Katedra Turystyki i Rekreacji Zespół Dydaktyczny Turystyki Aktywnej
Rodzaj kursu: kurs instruktora AWF Katowice	Liczba godzin: 20
Język modułu/przedmiotu: polski	Forma zajęć: zajęcia teoretyczne/praktyczne
Koordynator kursu	Dr Katarzyna Górską Dr Grzegorz Mikrut
Kryteria naboru	nauczyciel szkoły podstawowej lub ponadpodstawowej deklarujący umiejętności swobodnej jazdy na rowerze oraz studenci kierunku wychowanie fizyczne drugiego stopnia. Posiadanie sprawnego roweru do jazdy w terenie, odpowiedniego ubioru i kasku.
Opis kursu Instruktor AWF Katowice (<i>cele kształcenia, sylwetka absolwenta, przygotowanie do rynku pracy, związek ze strategią AWF Katowice; zamieszczone informacje znajdują się w informatorze</i>):	kurs przeznaczony jest dla nauczycieli szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych. Celem kursu jest przygotowanie nauczycieli do prowadzenia wycieczek rowerowych oraz organizacji szkolnych zawodów rowerowych w ramach zajęć wf i zajęć pozalekcyjnych.
Rodzaj uzyskiwanych kwalifikacji formalnych lub zakres kompetencji	wiedza i umiejętności niezbędne do prowadzenia wycieczek rowerowych oraz organizacji szkolnych zawodów rowerowych dla uczniów szkoły podstawowej oraz ponadpodstawowej.
Rodzaj dokumentu potwierdzającego ukończenie kursu	legitymacja instruktora AWF Katowice Organizacja szkolnych wycieczek i zawodów rowerowych oraz świadectwo ukończenia kursu organizacja szkolnych wycieczek i zawodów rowerowych
Odniesienie do efektów uczenia się (<i>proszę wskazać kierunek i stopień studiów w AWF Katowice lub instruktora, trenera rekreacji AWF</i>)	kierunek wychowanie fizyczne I stopnia

Lp.	Modułowe efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się (wpisać kierunek i stopień studiów lub instruktora, trenera rekreacji AWF)	Odniesienie Charakterystyk II stopnia PRK *
w zakresie wiedzy			
W01	Opisuje zasady organizacji szkolnych wycieczek i zawodów rowerowych z uwzględnieniem postanowień kodeksu drogowego i zasad udzielania pierwszej pomocy w razie wypadku.	K_W18 K_W21	P6S_WK
W02	Opisuje teoretyczne podstawy techniki jazdy na rowerze oraz rowerowe konkurencje sportowe. Uzasadnia dobór sprzętu i konieczność jego bieżącej konserwacji.	K_W22 K_W23	P6S_WK
w zakresie umiejętności			
U01	Sprawnie i bezpiecznie porusza się na rowerze w terenie i pokonuje przeszkody (np. zjazdy, podjazdy, krawężniki, kamienie, korzenie).	K_U02 K_U16	P6S_UW
U02	Planuje, organizuje i realizuje bezpieczne zajęcia w zakresie turystyki rowerowej.	K_U08 K_U13 K_U15	P6S_UO
U03	Identyfikuje i koryguje elementy techniczne i taktyczne, niewłaściwie wykonywane przez uczniów.	K_U12	P6S_UO
w zakresie kompetencji społecznych			
K01	Wykazuje dbałość o bezpieczeństwo osób uczestniczących w zajęciach, przeciwdziała zagrożeniom bezpieczeństwa innych osób, oraz dba o stan techniczny sprzętu.	K_K08 K_K15	P6S_UO

* nie dotyczy przypadku, kiedy odnosimy się do efektów uczenia się instruktora lub trenera rekreacji AWF

Stosowane metody dydaktyczne
objaśnienie, pokaz, ćwiczenia praktyczne

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się	Metody walidacji (BUR) Co najmniej jedna
W01	Opisuje zasady organizacji szkolnych wycieczek i zawodów rowerowych z uwzględnieniem postanowień kodeksu drogowego i zasad udzielania pierwszej pomocy w razie wypadku.	Test teoretyczny
W02	Opisuje teoretyczne podstawy techniki jazdy na rowerze oraz rowerowe konkurencje sportowe. Uzasadnia dobór sprzętu i konieczność jego bieżącej konserwacji.	Test teoretyczny
U01	Sprawnie i bezpiecznie porusza się na rowerze w terenie i pokonuje przeszkody (np. zjazdy, podjazdy, krawężniki, kamienie, korzenie).	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

U02	Planuje, organizuje i realizuje bezpieczne zajęcia w zakresie turystyki rowerowej.	Analiza dowodów i deklaracji Obserwacja w warunkach symulowanych
U03	Identyfikuje i koryguje elementy techniczne i taktyczne, niewłaściwie wykonywane przez uczniów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
K01	Wykazuje dbałość o bezpieczeństwo osób uczestniczących w zajęciach, przeciwdziała zagrożeniom bezpieczeństwa innych osób, oraz dba o stan techniczny sprzętu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Treści modułu kształcenia		Godziny
Zajęcia teoretyczne		
1.	Bezpieczeństwo podczas prowadzenia wycieczki rowerowej. Przepisy kodeksu drogowego.	2
2.	Zasady postępowania podczas wypadku i pierwsza pomoc.	1
3.	Fizjologiczne podstawy wysiłku kolarskiego i zasady regeneracji	1
4.	Podstawy teoretyczne techniki jazdy na rowerze	1
5.	Zasady planowania i realizacji wycieczki rowerowej	2
6.	Charakterystyka i dobór sprzętu rowerowego oraz zasady jego konserwacji	1
7.	Analiza ryzyk i zasady odpowiedzialności organizatora	2
8.	Zasady planowania i organizacji zawodów rowerowych	2
Zajęcia praktyczne		
1.	Doskonalenie techniki jazdy na rowerze	1
2.	Planowanie wycieczki rowerowej z uwzględnieniem celu, wieku, możliwości kondycyjnych uczestników	1
3.	Przygotowanie konspektu uwzględniającego m.in. przerwy wypoczynkowe i informacje o atrakcjach turystyczne	1
	Opracowanie regulaminu zawodów rowerowych	1
4.	Prowadzenie wycieczki oraz zawodów rowerowych zgodnie z wymogami bezpieczeństwa	3
5.	Podsumowanie wycieczki oraz zawodów rowerowych w oparciu o refleksję własną i informacje zwrotne od uczestników	1

Forma i warunki zaliczenia modułów kursu, w tym zasady dopuszczenia do zaliczenia, egzaminu
Warunkiem zaliczenia kursu jest obecność na zajęciach teoretycznych w wymiarze minimum 80% i zajęciach praktycznych w wymiarze 80%, wykazanie się znajomością realizowanych zagadnień i umiejętnością wykorzystania nabytej wiedzy w praktyce.

Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia kursu
Literatura podstawowa: 1. Kogut A.: Od rowerzysty do kolarza, podręcznik krok po kroku. Wyd. Arkadiusz Kogut, 2023 2. Werner K.: Rower to jest świat, Wyd. Kołem się toczy, 2022 Literatura uzupełniająca: 1. Bailey D., Gates K.: Naprawa i konserwacja rowerów dla bystrzaków, Wyd. Bezdroża, 2015 2. Maciąg R.: Podręcznik przygody rowerowej, Wyd. Bezdroża, 2016 3. Turystyka rowerowa w zjednoczonej Europie / pod red. Jolanty Śledzińskiej, Bogdana Włodarczyka PTTK 2012

Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk, w przypadku, gdy program kursu przewiduje praktyki
nie dotyczy

Metody walidacji efektów uczenia się				
Metody AWF	Test teoretyczny	Konspekt	Obserwacja na zajęciach	Egzamin praktyczny
Metody wg BUR	Test teoretyczny	Analiza dowodów i deklaracji	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	Obserwacja w warunkach symulowanych
W01	+			
W02	+			
U01			+	
U02		+		+
U03				+
K01			+	

* Należy wypełnić, w przypadku kiedy forma kształcenia będzie wpisana do Bazy Usług Rozwojowych PARP