

**Opracowano w ramach realizacji projektu   
„Kształcenie kadr dla sportu – zintegrowany program uczelni” POWR. 03.05.00-00-z051/18-00**



**Akademia Wychowania Fizycznego**

**im. Jerzego Kukuczki w Katowicach**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadanie 2 Moduł** | **Podnoszenia kompetencji** | | |  |
| **Moduł: instruktor plenerowych form aktywności**  **Nazwa zajęć: Żeglarstwo jachtowe** | | **Rok: 2020/2021 nabór pierwszy**  **2021/2022 nabór drugi** | | |
| **Forma zajęć:**  **wykłady / ćwiczenia / zajęcia wyjazdowe\*** | | **Wymiar zajęć: 156 godzin** | **Liczba punktów ECTS: 12** | |
| **Forma studiów:**  **stacjonarne** | | | **Profil kształcenia:**  **praktyczny** | |
| **Prowadzący zajęcia:** | | **mgr Michał Starzyński** | | |

|  |
| --- |
| **Wymagania wstępne** |
| Studenci AWF Katowice ostatnich dwóch semestrów, którzy zakończyli obóz letnich form aktywności fizycznej z oceną minimum dostateczną. |

**Efekty uczenia się dla zajęć z modułu instruktora plenerowych form aktywności fizycznej**

**– Żeglarstwo Jachtowe**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kod** | **Opis przedmiotowych efektów uczenia się** | Charakterystyki  II Stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji | Sektorowa Rama Kwalifikacji w Sporcie |
| **W zakresie wiedzy - student zna i rozumie:** | | | |
| P\_W01 | Posiada wiedzę z zakresu nauk biologiczno-medycznych o wpływie aktywności fizycznej, stylu życia, odżywiania, na zmiany budowy i czynności organizmu; zna różne koncepcje zdrowia, zasady promocji żeglarstwa jako zdrowego stylu życia | P6S\_WK | SRKS 5 |
| P\_W02 | Zna zagrożenia bezpieczeństwa i zdrowia związane z uprawianiem żeglarstwa, działania zapobiegawcze, zakres odpowiedzialności prawnej, zasady udzielania pierwszej pomocy | P6S\_WK | SRKS 5 |
| P\_W03 | Zna, w stopniu pogłębionym, terminologię i metodykę nauczania podstawowych elementów w żeglarstwie jachtowym, możliwości i uwarunkowania stosowania ćwiczeń, rozwiązań organizacyjnych, form i metod w treningu sportowym i na zajęciach rekreacyjnych | P7S\_WK | SRKS 5 |
| P\_W04 | Posiada wiedzę o związkach nauk biologicznych, medycznych, społecznych i ekonomicznych z naukami kultury fizycznej; posiada pogłębioną znajomość budowy organizmu oraz anatomiczne, fizjologiczne i biochemiczne podstawy funkcjonowania organizmu w spoczynku i w czasie wysiłku. | P7S\_WG | SRKS 4 |
| **W zakresie umiejętności – student potrafi:** | | | |
| P\_U01 | Posiada zaawansowane techniczne, metodyczne, dydaktyczne i psychologiczne umiejętności w zakresie żeglarstwa jachtowego | P7S\_ UW | SRKS 5 |
| P\_U02 | Potrafi dopasować sposób komunikowania się z jednostką i załogą do poziomu ich umiejętności i rozwoju psychicznego | P6S\_UK | SRKS 4 |
| P\_U03 | Posiada umiejętność pracy z załogą i jednostką; zachęca do prozdrowotnego trybu życia; inspiruje do aktywności fizycznej w postaci uprawiania żeglarstwa i innych sportów wodnych | P6S\_UO | SRKS 4 |
| P\_U04 | Posiada umiejętność oceny przydatności metod, procedur i dobrych praktyk do realizacji zadań związanych z różnymi sferami zarządzania w organizacji sportowej. Przekazuje swoją wiedzę, szkoli osoby o niższych kwalifikacjach | P6S\_UW | SRKS 5 |
| **W zakresie kompetencji społecznych – student jest gotów do:** | | | |
| P\_K01 | Jest odpowiedzialny za swoje działania i zachowanie oraz zdrowie i bezpieczeństwo osób powierzonych jego opiece; przeciwdziała zagrożeniom bezpieczeństwa; zapewnia bezpieczne warunki w środowisku swojej działalności podczas żeglugi | P6S\_UO | SRKS 4 |
| P\_K02 | Rozumie potrzebę dbania o własną sprawność fizyczną, zdrowie i wygląd dla skutecznego promowania zdrowego trybu życia, aktywności i odpowiedniego odżywiania | P6S\_KR | SRKS 7 |
| P\_K03 | Wykorzystuje swoją wiedzę do projektowania działań zawodowych oraz prozdrowotnych swoich i innych; okazuje szacunek uczestnikom swoich zajęć | P6S\_KK | SRKS 4 |
| P\_K04 | Posiada umiejętność dyskutowania, argumentowania; potrafi być empatyczny; przestrzega zasad etyki zawodowej i żeglarskiej | P6S\_KR | SRKS 6 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Treści programowe** | |
| **Lp.** | **Treści programowe – wykłady** |
| 1. | Budowa jachtów |
| 2. | Teoria żeglowania. |
| 3. | Zasady eksploatacji oraz manewrowania jachtem pod żaglami i na silniku. |
| 4. | Podstawy locji. |
| 5. | Wiadomości z zakresu ratownictwa wodnego. |
| 6. | Wiadomości z zakresu meteorologii. |
| 7. | Pomoce nawigacyjne. |
| 8. | Ochrona wód przed zanieczyszczaniem |
| 9. | Podstawowe przepisy prawa drogi na morskich i śródlądowych drogach wodnych |
| 10. | Etykieta jachtowa – zasady zachowania się na jachcie i obyczaje żeglarskie |
| **Lp.** | **Treści programowe – ćwiczenia** |
| 1. | Manewry pod żaglami |
| 2. | Manewry jachtem żaglowym na silniku. |
| 3. | Kierowanie załogą: umiejętność wydawania komend i egzekwowania ich wykonania  we właściwym momencie, stosownie do sytuacji, w jakiej znajduje się jacht |
| 4. | Praca w charakterze członka załogi |
| 5. | Prace bosmańskie |
| **Lp.** | **Treści programowe zgodne z wymogami porozumień z Polskimi Związkami Żeglarskim** |
| 1. | Jak wyżej |

|  |
| --- |
| **Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej** |
| **Literatura podstawowa:**   1. Kolaszewski A., Świdwiński P.: Żeglarz Jachtowy i Jachtowy Sternik Morski. Alma-Press, 2013.   **Literatura uzupełniająca:**   1. Czajewski J.: Etykieta żeglarska, J. Czajewski i KOZŻ, Katowice 2002 2. Roszkowski M. : Prace Bosmańskie, Alma-Press 2015. |

|  |
| --- |
| **Forma i warunki zaliczenia zajęć, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu / zaliczenia** |
| Subiektywne:   * Zaliczenie praktyczne .   Obiektywne:   * Zaliczenie teoretyczne |

|  |
| --- |
| **Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów uczenia się uzyskanych przez studentów** |
| Zaliczenia przedmiotu:   * + Obecność na zajęciach,   + Opracowanie projektu rejsu żeglarskiego   - Część teoretyczna egzaminu ma formę pisemną i składa się z testu jednokrotnego wyboru z **75 pytaniami** przygotowanymi przez komisję. Egzaminowany ma **90 minut** na udzielenie odpowiedzi. Za pozytywny wynik egzaminu teoretycznego uważa się uzyskanie **65 prawidłowych** odpowiedzi w teście.  - Część praktyczna polega na prawidłowym i skutecznym wykonaniu:   * **manewrów podstawowych**: zwrot przez sztag, zwrot przez rufę, odejście od nabrzeża, dojście do nabrzeża i alarm "człowiek za burtą”; * **manewrów dodatkowych,** które mogą – ale nie muszą – pojawić się na egzaminie * **prace bosmańskie:** umiejętność wiązania podstawowych węzłów żeglarskich, umiejętności usuwania prostych usterek i awarii kadłuba lub takielunku. * **kierowania załogą: dowodzenie jednostką poprzez wydawania komend załodze.**   **Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest wykazanie się znajomością wszystkich zagadnień teoretycznych i umiejętności praktycznych – na ocenę.**  **Ocena bardzo dobra**: student zaliczył test teoretyczny udzielając co najmniej 73 prawidłowych odpowiedzi i bez poprawek wykonał wszystkie manewry podstawowe, dodatkowe, zadane prace bosmańskie oraz skutecznie i pewnie dowodził załogą.  **Ocena dobra:** student zaliczył test teoretyczny udzielając co najmniej 69 prawidłowych odpowiedzi i wykonał wszystkie manewry podstawowe, dodatkowe, zadane prace bosmańskie oraz skutecznie i pewnie dowodził załogą. Student wykorzystał maksymalnie 3 możliwości ponownego wykonania manewru.  **Ocena dostateczna:** student zaliczył test teoretyczny udzielając co najmniej 65 prawidłowych odpowiedzi i wykonał wszystkie manewry podstawowe, dodatkowe, zadane prace bosmańskie oraz skutecznie dowodził załogą. Student wykorzystał więcej niż 3 możliwości ponownego wykonania manewru. |

|  |
| --- |
| **Stosowane metody dydaktyczne** |
| Pokaz, ćwiczenia przedmiotowe, metoda analityczna, syntetyczna, kompleksowa, wykład, dyskusja, pogadanka, film. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nakład pracy studenta - bilans punktów** | **Stacjonarne** | **Niestacjonarne** |
| **Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:** | **156** |  |
|  |  |  |
| **Samodzielna praca studenta:** |  |  |
| *przygotowanie do ćwiczeń*  *studiowanie piśmiennictwa* | 78  78 |  |
| **Łączny nakład pracy studenta wynosi:** 312 **godzin**, co odpowiada 12 **punktom ECTS** | | |

**Forma oceny efektów uczenia się**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Przedmiotowe efekty uczenia się** | **Sprawdzian praktyczny** | **Sprawdzian/egzamin pisemny** | **Projekt / prezentacja** | **Obserwacja**  **/dyskusja dydaktyczna** |
| P\_W01 |  |  |  | x |
| P\_W02 | x | x |  |  |
| P\_W03 | x | x |  | x |
| P\_W04 |  |  |  | x |
| P\_U01 | x |  |  | x |
| P\_U02 | x |  |  | x |
| P\_U03 | x |  |  | x |
| P\_U04 |  |  |  | x |
| P\_K01 | x |  | x | x |
| P\_K02 |  |  |  | x |
| P\_K03 | x | x | x | x |
| P\_K04 | x |  |  | x |