

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)- WZÓR II

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Obóz letni	
114/P/1/ST/G1			Summer camp	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2021/2022		
Kierunek		Wychowanie Fizyczne		
w zakresie		nauk o kulturze fizycznej		
Poziom studiów		studia pierwszego stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		studia stacjonarne		
Semestr / semestry		II		
Przynależność do grupy zajęć		Obozy		
Status przedmiotu		obowiązkowy		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Liczba punktów ECTS
		Zajęcia praktyczne	60 [h]	3 ECTS
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	profil praktyczny		3ECTS
	z uprawnieniami	służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego		3 ECTS
	z dyscypliną	nauki o kulturze fizycznej		3ECTS
Forma nauczania		zajęcia praktyczne		
Wymagania wstępne		umiejętność pływania		
Jednostka prowadząca		Katedra Kultury Fizycznej		
Koordynator		dr Stanisław Bogdan Nowak		
Adres strony internetowej pjo		www.wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		snowak@uthrad.pl		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

<p>Cel kształcenia:</p>	<p>Głównym celem jest przygotowanie wstępne studentów do prowadzenia różnych form zajęć rekreacyjnych oraz animacji kulturalno-rozrywkowych z wykorzystaniem dostępnych warunków terenowych i na wodach otwartych, głównie w formie obozu letniego lub kolonii oraz zainteresowanie ochroną przyrody i środowiska.</p> <p>Podstawowymi zadaniami są:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kształtowanie umiejętności organizacyjnych bezpiecznego prowadzenia zajęć w terenie i na wodach otwartych, • kształtowanie umiejętności obcowania z przyrodą z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i ochrony środowiska, • podwyższenie poziomu wiedzy, umiejętności i kompetencji z zakresu obozowych dyscyplin rekreacyjnych. • przygotowanie studenta do prowadzenia animacji sportowo-rekreacyjnych oraz kulturalno-rozrywkowych w ośrodkach wypoczynkowych, w czasie obozów sportowych i kolonii dla dzieci i młodzieży.
<p>Treści programowe:</p>	<p>Program obozu obejmuje sześć rodzajów zajęć: żeglarstwo jachtowe, windsurfing, stand-up paddle, kajakarstwo turystykę rowerową i animację czasu wolnego.</p> <p>Ważnym elementem życia obozowego są apele (poranny i wieczorny) prowadzone wg ściśle ustalonego ceremoniału.</p> <p>ŻEGLARSTWO JACHTOWE</p> <p>Część teoretyczna Budowa jachtu żaglowego, zasady bhp podczas zajęć z żeglarstwa jachtowego, podstawowe środki ratownicze występujące na jachcie, zasady współpracy członków załogi, omówienie zachowania załogi podczas manewru „człowiek za burtą”, etykieta żeglarska, podstawowe przepisy w żeglarstwie, historia i rozwój żeglarstwa w Polsce i na świecie, taklowanie i trzymowanie jachtu, podstawy teorii żeglowania, podstawy locji śródlądowej, podstawy meteorologii.</p> <p>Część praktyczna Zapoznanie się z jachtem i jego osprzętem, podstawowe prace bosmańskie, bezpieczne poruszanie się po jachcie, stawianie i zrzucanie żagli, podstawowe manewry jachtem na silniku (przygotowanie silnika do pracy, manewry portowe), podstawowe manewry jachtem pod żaglami (ostrzenie, odpadanie, zwrot przez sztag, zwrot przez rufę, pływanie kursami).</p> <p>WINDSURFING</p> <p>Część teoretyczna Zasady bezpieczeństwa podczas zajęć z windsurfingu. Podstawowe przepisy prawa drogi. Historia i rozwój windsurfingu w Polsce i na świecie. Budowa deski oraz pędnika. Taklowanie i trzymowanie sprzętu. Ubiór żeglarza deskowego. Podstawy teorii żeglowania.</p> <p>Część praktyczna Oswojenie ze sprzętem i środowiskiem wodnym. Stawianie pędnika z wody. Pozycja wyjściowa, trzymanie pędnika. Obroty deską. Start. Ostrzenie. Odpadanie. Pływanie kursami.</p>

	<p>Bezpieczny powrót do portu.</p> <p>STAND-UP PADDLE</p> <p>Część teoretyczna Zasady bezpieczeństwa podczas zajęć z stand-up paddle. Podstawowe przepisy prawa drogi. Historia i rozwój stand-up paddle w Polsce i na świecie. Budowa i rodzaje desek do stand-up paddle. Dobór deski, wiosła i kamizelki asekuracyjnej i leash'a („smyczy”). Ubiór do stand-up paddle. Podstawy teorii pływania na stand-up paddle.</p> <p>Część praktyczna Przenoszenie deski. Oswojenie z deską i środowiskiem wodnym. Wchodzenie na deskę. Pozycja podstawowa. Bezpieczne upadanie z deski do wody i wchodzenie na nią. Wiosłowanie: do przodu, do tyłu. Zwroty. Pływanie na fali. Podpłynięcie do brzegu oraz do pomostu i schodzenie z deski.</p> <p>KAJAKARSTWO</p> <p>Część teoretyczna Zasady bezpieczeństwa podczas zajęć z kajakarstwa, podstawowe przepisy prawa drogi, historia i rozwój kajakarstwa i wioślarstwa w Polsce i na świecie, budowa kajaka, łodzi wiosłowej, wiosła, ewolucja rozwoju konstrukcji sprzętu, konserwacja, trzymanie sprzętu, ubiór kajakarza, podstawy teorii kajakarstwa.</p> <p>Część praktyczna Oswojenie ze sprzętem i środowiskiem wodnym, sposoby wejścia i wyjścia z kajaku, płynięcie ćwiczących pojedynczo i w grupie w K-1, z wykorzystaniem fali powstającej od kajaka lidera, płynięcie ćwiczących pojedynczo i w grupie w K-2, płynięcie ćwiczących w K-2 na pierwszej i drugiej pozycji ze zmianą lidera grupy, wykonanie skrętów w lewą i prawą stronę w K-1 i K-2, oznajmienie z techniką płynięcia tyłem i bokiem (lewym, prawym) w K-1 i w K-2 z utrzymaniem kajaka w odpowiednim kierunku, opanowanie techniki startów i przyspieszeń w K-1 i w K-2, płynięcie w K-1 i w K-2 z pełnym turystycznym wyposażeniem, sposoby wyboru miejsca podejścia do brzegu i do pomostu z wykorzystaniem kajaka – nauka i doskonalenie.</p> <p>TURYSTYKA ROWEROWA</p> <p>Część teoretyczna Historia turystyki aktywnej. Wybrane zagadnienia z topografii. Zasady bezpieczeństwa podczas zajęć z turystyki rowerowej, podstawowe przepisy ruchu drogowego, przepisy poruszania się kolumny rowerowej, historia i podstawowe wiadomości na temat terenu i przebiegu tras wycieczek rowerowych, orientacja w terenie.</p> <p>Część praktyczna Zapoznanie ze sprzętem i ekwipunkiem rowerzysty, regulacja sprzętu i podstawowe naprawy. Umiejętność posługiwania się kompasem i nawigacją GPS. Umiejętność poruszania się w kolumnie rowerowej i prowadzenia kolumny rowerowej,</p> <p>ANIMACJA CZASU WOLNEGO</p> <p>Część teoretyczna Zasady bezpieczeństwa podczas integracyjnych zajęć rekreacyjnych w ośrodkach wypoczynku oraz w terenie otwartym. Terminologia związana z animacją czasu wolnego (czas wolny, animacja czasu wolnego) oraz funkcje czasu</p>
--	---

	<p>wolnego. Ukazanie sylwetki animatora czasu wolnego, a także metod i technik jakimi się posługuje (style prowadzenia grupy, komunikacja, asertywność, kontakt i współdziałanie z grupą, rozwiązywanie konfliktów, motywacja, itp.). Problemy wychowawcze w pracy z dziećmi i młodzieżą, sposoby radzenia sobie z sytuacjami trudnymi. Metodyka i technika prowadzenia ruchowych zajęć rekreacyjnych w różnych grupach wiekowych - głównie z dziećmi, z młodzieżą.</p> <p>Część praktyczna: W trakcie zajęć studenci nabędą umiejętności i kompetencje organizacji oraz prowadzenia zajęć z zakresu animacji czasu wolnego: gry i zabawy integracyjne-zapoznawcze (team building), gry ruchowe, zespołowe gry rekreacyjne, sprawnościowe tory przeszkód. Nauczą się programowania odpowiednich form organizacyjno-metodycznych i budowania programów integracyjnych takich jak np. wieczorek zapoznawczy, festyn sportowo-rekreacyjny, zajęcia sportowo-rekreacyjne, turnieje, ognisko.</p> <p style="text-align: center;">REGULAMIN OBOZU LETNIEGO</p> <p>Zasady uczestnictwa w obozie</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Uczestnikami obozu mogą być studenci zakwalifikowani przez Dziekanat Wydziału Filologiczno-Pedagogicznego Uniwersytetu Technologiczno-Humanistycznego (UTH). 2. Warunkiem uczestnictwa w obozie jest okazanie dowodu wpłaty za koszty pobytu, które określa stosowne Rozporządzenie Rektora UTH. 3. Na obóz studenci przyjeżdżają, w ustalonym terminie i odpowiednio wyposażeni zgodnie z zaleceniami Kadry i Kierownika Obozu. <p>Kierownik Obozu, Kadra Obozu, Rada Obozu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kierownik Obozu Kierownik Obozu odpowiada za prawidłowe przeprowadzenie obozu pod względem szkoleniowym, wychowawczym i organizacyjnym. Kierownikowi Obozu podlega kadra nauczająca i studenci. 2. Kadra Obozu Kadra Obozu stanowi najwyższe gremium opiniotwórcze na obozie w zakresie spraw wychowawczych, dydaktycznych i socjalnych studentów. 3. Rada Obozu Radę Obozu tworzą studenci-szefowie grup i starosta roku. Rada Obozu reprezentuje studentów i współdziała z Kierownikiem Obozu i Kadrą Obozu w zakresie realizacji celów i zadań obozu. <p>Zajęcia dydaktyczne</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wszystkie zajęcia objęte programem obozu są obowiązkowe. O zwolnieniu z nich decyduje Kierownik Obozu. 2. Nieusprawiedliwiona nieobecność na zajęciach jest dla prowadzącego podstawą niedopuszczenia studenta do zaliczeń końcowych. 3. Zajęcia odbywają się zgodnie z harmonogramem zajęć i rozkładem dnia. 4. Obóz kończy się zaliczeniem z oceną. Kończącą ocenę z obozu wystawia, uwzględniając oceny częściowe,
--	--

	<p>Kierownik Obozu. Ocena niedostateczna nawet tylko z jednego rodzaju zajęć powoduje niezaliczenie całego obozu.</p> <p>Sprawy wychowawcze</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wszyscy uczestnicy obozu zobowiązani są do przestrzegania Regulaminu Studiów, Regulaminu Obozu, Regulaminów poszczególnych rodzajów zajęć, Regulaminu Ośrodka oraz zarządzeń Kierownika Obozu. 2. Wszelkie zorganizowane imprezy kulturalno-rozrywkowe, sportowe oraz wyjścia poza teren obozu należy uzgadniać z Kierownikiem Obozu. 3. Wszelkie sprawy organizacyjno-wychowawcze studenci załatwiają przez swoich przedstawicieli - Radę Obozu. <p>Ustalenia porządkowe</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. W czasie zajęć dydaktycznych studenci zobowiązani są do bezwzględnego przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz podporządkowania się poleceniom wykładowcy prowadzącego zajęcia. 2. W czasie ciszy nocnej wszyscy uczestnicy obozu winni przebywać w swoim miejscu zakwaterowania. Każdorazowe opuszczenie terenu obozu powodujące naruszenie Rozkładu Dnia wymaga zgody Kierownika Obozu. 3. Przebywanie osób obcych w miejscu zakwaterowania studentów jest niedozwolone. 4. Spożywanie alkoholu lub innych środków odurzających oraz przebywanie w ośrodku w stanie nietrzeźwym jest niedozwolone i pociąga za sobą konsekwencje usunięcia z obozu. 5. Zbiórka na alarm. Alarm może zarządzić Kierownik Obozu w sytuacjach nadzwyczajnych. Miejscem zbiórki jest plac apelowy. <p>Prawa i obowiązki uczestników obozu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Uczestnicy obozu mają prawo: <ul style="list-style-type: none"> - do korzystania z wszelkich urządzeń, sprzętu i innych pomocy dydaktycznych przeznaczonych do zbiorowego i osobistego użytku na zasadach określonych przez osoby odpowiedzialne za dany sprzęt, - odwoływać się do Rady Obozu oraz Kierownika Obozu we wszystkich sprawach życia obozowego. 2. Uczestnicy obozu są zobowiązani: <ul style="list-style-type: none"> - do zachowania postawy godnej studenta i przyszłego pedagoga, - do brania udziału we wszystkich zajęciach określonych programem obozu, - dbać o porządek i czystość na terenie ośrodka a w szczególności w pokojach i pomieszczeniach oddanych do użytku wszystkim uczestnikom obozu, - przestrzegać wszystkich przepisów ogólnych nie objętych niniejszym regulaminem. <p>Pochwały, kary i sprawy dyscyplinarne</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Za szczególne osiągnięcia oraz wyróżniającą postawę, uczestnikom obozu udzielane będą pochwały. Pochwały udziela Kierownik Obozu. 2. Za przekroczenia regulaminów oraz nieprzestrzeganie zarządzeń Kierownika Obozu udzielane będą następujące kary: <ul style="list-style-type: none"> - upomnienie,
--	---

	<p>- nagana, - nagana z ostrzeżeniem wydalenia z obozu, - wydalenie z obozu, - wydalenie z obozu wraz ze skierowaniem sprawy do Uczelnianej Komisji Dyscyplinarnej.</p> <p>Kary udziela Kierownik Obozu. Wielkość kary zależy od wagi przewinienia, co oznacza, że można np. udzielić kary nagany z pominięciem kary upomnienia. W szczególności surowo karane będzie (wydaleniem z obozu) spożywanie alkoholu lub innych środków odurzających i zakłócanie ciszy nocnej. Udzielenie pochwały powoduje podwyższenie ogólnej oceny (o pół stopnia). Udzielenie upomnienia obniża ocenę ogólną o pół stopnia, a nagana o stopień.</p>
Metody dydaktyczne (kształcenia):	<p>Metody</p> <ul style="list-style-type: none"> • metody nauczania czynności ruchowych (syntetyczna, analityczna, mieszana) • metoda prób i błędów • metody odtwórcze (naśladowcza ścisła, zadaniowa ścisła, programowanego uczenia się) • metody usamodzielniające (zabawowa naśladowcza, zabawowa klasyczna, bezpośredniej celowości ruchu, programowanego usprawniania się) • metody twórcze (problemowe, ruchowej ekspresji twórczej) • metody eksponujące (pokaz, film, prezentacja), • metody aktywizujące (gry dydaktyczne, dyskusja dydaktyczna), • metody podające (objaśnienie, wykład informacyjny, pogadanka), • metody programowane (z wykorzystaniem komputera), • metody poszukujące (obserwacja i ocena ciągła).
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Obóz zaliczany jest na ocenę (wystawia ją Kierownik Obozu). Warunkiem ukończenia obozu z wynikiem pozytywnym jest uzyskanie zaliczeń cząstkowych ze wszystkich rodzajów zajęć przewidzianych programem oraz wykazanie nienagannej postawy uczestnika obozu godnej studenta UTH Radom.</p> <p>Wymagania zaliczeniowe z poszczególnych rodzajów zajęć obozowych:</p> <p>ŻEGLARSTWO JACHTOWE Wymagania zaliczeniowe Aktywny udział w zajęciach. Wykazanie podstawowej wiedzy z zakresu żeglarstwa (ustny sprawdzian teoretyczny) oraz umiejętnością zespołowej żeglugi (sprawdzian praktyczny).</p> <p>WINDSURFING Wymagania zaliczeniowe Aktywny udział w zajęciach. Wykazanie podstawowej wiedzy z zakresu windsurfingu (ustny sprawdzian teoretyczny) oraz umiejętności samodzielnego wystartowania, żeglugi i samodzielnego powrotu do portu (obserwacja i ocena ciągła, sprawdzian praktyczny).</p> <p>STAND-UP PADDLE Wymagania zaliczeniowe Aktywny udział w zajęciach. Wykazanie podstawowej wiedzy z zakresu stand-up paddle (ustny sprawdzian teoretyczny) oraz</p>

	<p>umiejętności samodzielnego wystartowania, żegluga i samodzielnego powrotu do portu (obserwacja i ocena ciągła, sprawdzian praktyczny).</p> <p>KAJAKARSTWO Wymagania zaliczeniowe Aktywny udział w zajęciach. Wykazanie podstawowej wiedzy z zakresu kajakarstwa (ustny sprawdzian teoretyczny). Wykazanie podstawowych umiejętności technicznych: wsiadanie i wysiadanie z kajaka, płynięcie zadanym kursem, skręty, płynięcie wstecz, współpraca w K2 (obserwacja i ocena ciągła, sprawdzian praktyczny).</p> <p>TURYSTYKA ROWEROWA Wymagania zaliczeniowe Aktywny udział w zajęciach. Wykazanie podstawowej wiedzy z zakresu turystyki rowerowej (ustny sprawdzian teoretyczny). Wykazanie podstawowych umiejętności z zakresu turystyki rowerowej: sprawdzian techniczny z jazdy w kolumnie rowerowej i prowadzenia kolumny rowerowej.</p> <p>ANIMACJA CZASU WOLNEGO Wymagania zaliczeniowe Aktywny udział w zajęciach. Wykazanie inicjatywy oraz umiejętności i kompetencji podczas realizacji przydzielonych zadań z zakresu animacji czasu wolnego dedykowanych uczestnikom obozu letniego: prowadzenie gier i zabaw integracyjno-zapoznawczych, turniejów sportowo-rekreacyjnych, festynu, ogniska itp. (obserwacja i ocena ciągła).</p>
--	--

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi / (K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Ma podstawową wiedzę z zakresu realizowanych w trakcie obozu rodzajów zajęć w zakresie: historii, bezpieczeństwa, budowy i doboru sprzętu oraz systematyki ćwiczeń i różnych aspektów metodyki nauczania - psychologicznego, biomechanicznego i fizjologicznego.	K_WG02 D.1/E.1.W1 D.1/E.1.W2 D.1/E.1.W15	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja i ocena ciągła w trakcie zajęć Sprawdzian teoretyczny
U1	Posiada umiejętności poprawnego dobierania, demonstrowania, omawiania i oceniania ćwiczeń technicznych i metodycznych z zakresu realizowanych w trakcie obozu zajęć oraz prawidłowego i bezpiecznego korzystania ze sprzętu.	K_UW02 K_UW05 D.1/E.1.U1 D.1/E.1.U4 D.1/E.1.U5 D.1/E.1.U7 D.1/E.1.U9 D.1/E.1.U10 D.1/E.1.U11	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja i ocena ciągła w trakcie zajęć Sprawdzian praktyczny i teoretyczny
K1	Potrafi dbać o bezpieczeństwo swoje i innych podczas realizowanych w trakcie obozu rodzajów zajęć oraz imprez sportowo-rekreacyjnych	K_KK01 K_KK02 D.1/E.1.K1 D.1/E.1.K5	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja i ocena ciągła w trakcie zajęć

	realizowanych w trakcie obozu letniego.	D.1/E.1.K6 D.1/E.1.K7			Sprawdzian praktyczny i teoretyczny
K2	Posiada kompetencje sprawnego przygotowania, prowadzenia i sędziowania imprez sportowo-rekreacyjnych realizowanych w trakcie obozu letniego.	K_KK02 K_KK03 D.1/E.1.K1 D.1/E.1.K5 D.1/E.1.K6 D.1/E.1.K7	Zajęcia praktyczne	Zaliczenie na ocenę	Obserwacja i ocena ciągła w trakcie zajęć Sprawdzian praktyczny i teoretyczny

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe

OBÓZ LETNI

1. Blacha R., Bigiel W., Wiesner W. *Obozy letnie*. AWF, Wrocław 2011.
2. Staniszewski T., Neuhoorn S. (red.). *Obozy letnie – przewodnik do ćwiczeń*. AWF, Warszawa 2013.

ŻEGLARSTWO JACHTOWE

Piśmiennictwo podstawowe:

1. Kolaszewski A., Świdwiński P. *Żeglarz jachtowy*. ALMA-PRESS, Warszawa 2006.
2. Kolaszewski A., Świdwiński P. *Żeglarz i sternik jachtowy*. ALMA-PRESS, Warszawa 2007.

Piśmiennictwo uzupełniające:

3. Komorowski A., Chamera T. (red.). *Podstawy żeglowania*. AWF i S, Gdańsk 2014.
4. Maciejowski J. *Nauka żeglowania*. ALMA-PRESS, Warszawa 2004.
5. Dąbrowski W. *Rekreacyjne żeglowanie po wodach śródlądowych*. Arkadiusz Wingert, 2008.
6. Marchaj C. *Teoria żeglowania, Sport i Turystyka*, Warszawa 1970.

WINDSURFING

Piśmiennictwo podstawowe:

1. Gadacz L., Malinkiewicz M., Salwierak Z. *Vademecum Żeglarstwa deskowego*. DEKA, Kraków 2000.
2. Parnicki F., Stelmach M., Zaradkiewicz T. *Podstawy teorii i metodyki żeglarstwa deskowego*. AWF, Warszawa 1991.

Piśmiennictwo uzupełniające:

3. Bornhoft S. *Windsurfing. Poradnik dla początkujących*. G+J, Warszawa 2003.
4. Wirga Z. *Windsurfing dla wszystkich*. Oficyna wydawnicza ALMA-PRESS, Warszawa 2001

STAND-UP PADDLE

Piśmiennictwo podstawowe:

1. Bassett S. *SUP. Poradnik dla początkujących*. Alma-Press Sp. z o.o., Warszawa 2020.

Piśmiennictwo podstawowe:

2. Casey R. *Stand Up Paddling*. Mountaineers Books, 2011.

KAJAKARSTWO

Piśmiennictwo podstawowe:

1. Rynkiewicz T., Kajakarstwo klasyczne. AWF, Warszawa 2009.
2. Matros B. *Kajaki i kanadyjki. Poradnik praktyczny*. Muza SA, 2007.
3. Weckwerth W., Sikora P., Panek M., Plitnik P., Puchalski K. *Kajakarstwo*. Paskal, 2006.
4. Skibicki Z. *Szkoła turystyki kajakowej*. Skibicki, 2005.

Piśmiennictwo uzupełniające:

5. Bigiel W. *Kajakarstwo z elementami turystyki*. AWF, Wrocław 2003.
6. Cholewa J. *Wybrane elementy turystyki kajakowej*. AWF, Katowice 2004.
7. Kwaczonek M. *Przewodnik dla kajakarzy*. Biebrza i Sidra. Paskal, Bielsko-Biała 2003.

TURYSTYKA ROWEROWA

Piśmiennictwo podstawowe:

1. *Krajoznawstwo i turystyka w szkole*. ZGPTTK, Warszawa 2002.
2. *Kodeks Drogowy (aktualny)*

Piśmiennictwo uzupełniające:

1. Skibicki Z. *Szkoła turystyki rowerowej*. Skibicki, 2006.
2. Łobozewicz T., Kogut T. *Turystyka Specjalistyczna*, Warszawa 1997.

ANIMACJA CZASU WOLNEGO

Piśmiennictwo podstawowe:

1. Bączek J.B. Animacja czasu wolnego. Praktyczny podręcznik dla animatorów. STAGEMAN POLSKA, Warszawa 2013.
2. Litwicka P. Metodyka i technika pracy animatora czasu wolnego. Proksenia, Kraków 2010.

Piśmiennictwo uzupełniające:

3. Jasińska J. Sposoby organizowania czasu wolnego dzieci i młodzieży. Wydawnictwo „e – media”, 2002.
4. Wieczorek R. Rekreacja ruchowa dzieci i młodzieży w plenerze. Sport dla wszystkich. Wydawnictwo Zarządu Głównego TKKF, Warszawa 2000.
5. Winiarski R. (red.). Rekreacja i czas wolny. Wydawnictwo Łośgraf, Warszawa 2011.
6. Strugarek J. Organizacja i prowadzenie imprez sportowych, rekreacyjnych i turystycznych. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza, Poznań 2006.

Pomoce naukowe:

1. Jachty żaglowe
2. Deski windsurfingowe
3. Deski SUP
4. Kajaki
5. Łódź motorowa
6. Łódź wiosłowa
7. Sprzęt ratunkowy (kamizelki asekuracyjne, koła ratunkowe, boje ratownicze, rzutki)
8. Rowery turystyczne
9. Sprzęt rekreacyjno-sportowy
10. Radiotelefony

Naład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS			
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]		
	Inne godz. kontaktowe (IGK)	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN)	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... <i>wykładach</i>	X	X	... [h]
Udział w <i>zajęciach praktycznych</i>	X	X	60 [h]
Udział w konsultacjach	2 [h]	X	X
Przygotowanie do <i>zajęć</i> , Przygotowanie do <i>zaliczenia</i>	[h]	13 [h]	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	2 [h]/0,08ECTS	13 [h]/0,52	60 [h]/2,4 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	3 ECTS		
Informacje dodatkowe, uwagi			