

Program przedmiotu „Sport do wyboru – żeglarstwo deskowe”, dla studentów IV roku WF

1. Organizacja przedmiotu

Cele kształcenia

Zapoznanie z zasadami bezpieczeństwa prowadzenia zajęć z żeglarstwa deskowego
Przygotowanie do prowadzenia zajęć z początkującymi na koloniach i obozach letnich dla dzieci i młodzieży.

Zadania

Poznanie podstawowych zasad bezpieczeństwa przy organizowaniu imprez i regat żeglarskich
Opanowanie techniki wykonywania ćwiczeń oswajających, manewrów prostych i złożonych
Praktyczne opanowanie zasad metodyki prowadzenia zajęć w zespole ćwiczebnym oraz organizowania windsurfingowych regat żeglarskich
Poznanie podstawowych zasad organizowania, przeprowadzania regat oraz przepisów regatowych

2. Treści programowe

Tematyka zajęć

1. Bezpieczeństwo w windsurfingowych zajęciach sportowych
2. Przygotowanie sprzętu windsurfingowego.
3. Ćwiczenia oswajające ze sprzętem i środowiskiem.
4. Technika wykonywania manewrów prostych i złożonych
5. Metodyka prowadzenia zajęć praktycznych na deskach z żaglem. Przygotowanie akwenu szkoleniowo-treningowego. Organizacja zabezpieczenia ratowniczego i zasady obsługi motorowej łodzi asekuracyjnej.
6. Zasady organizacji windsurfingowych imprez sportowo - rekreacyjnych
7. Zajęcia sportowe z wykorzystaniem desek windsurfingowych.

3. Warunki zaliczenia

Odbycie zajęć programowych
Przygotowanie osnowy zajęć windsurfingowych w grupie ćwiczebnej

4. Literatura

1. Gadacz L. i wsp. 2001 Vademecum żeglarza deskowego Deka Kraków
2. Jankowiak P. 1983 Żeglowanie na desce, Sport i Turystyka, Warszawa
3. Kalczyński L. 1982 Żeglarstwo deskowe - nauczanie elementarne, skrypt WSP, Szczecin
4. Parnicki F. 1996 Podstawy teorii i metodyki żeglarstwa deskowego, AWF Biała Podlaska