

*Projekt „Zintegrowany program kształcenia i rozwoju Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu”  
WND-POWR.03.05.00-00-Z115/17 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego  
Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020*

---

## **INSTRUKTOR WSPINACZKI SKAŁKOWEJ**

Kurs kierowany jest dla studentów kierunku Turystyka i Rekreacja -studia stacjonarne I i II stopnia.

Liczba godzin kursu: 80

Celem kursu jest wyposażenie uczestników w specjalistyczną wiedzę i umiejętności z zakresu wspinaczki skałkowej. Kurs daje przygotowanie do samodzielnego wspinania na wędkę i z dolną asekuracją po drogach wyposażonych w punkty asekuracyjne w terenie naturalnym. Daje również podstawy do korzystania z obiektów sztucznych.

Ramowy program kursu:

- 1) Podstawy wiedzy o wspinaczce
- 2) Przepisy prawne obowiązujące we wspinaczce
- 3) Metodyka nauczania technik wspinania
- 4) Metodyka nauczania technik asekuracji
- 5) Planowanie i organizacja zajęć wspinaczkowych
- 6) Podstawy treningu rekreacyjnego we wspinaczce
- 7) Elementy medycyny sportowej
- 8) Sytuacje niebezpieczne we wspinaczce
- 9) Wspinaczka skalna

Forma prowadzenia zajęć:

- |                                       |            |
|---------------------------------------|------------|
| 1) wykłady                            | - 32 godz. |
| 2) zajęcia terenowe                   | - 48 godz. |
| 3) praktyka instruktorska (dodatkowo) | - 30 godz. |

Kurs kończy się egzaminem teoretycznym i praktycznym.

Absolwenci kursu otrzymują uprawnienia **Instruktor wspinaczki skałkowej**.

**Szczegółowych informacji udzielają: dr Patryk Czermak, dr Piotr Zarzycki.**

Telefon 71 347 3507, bud. P-4, pok. 3/24