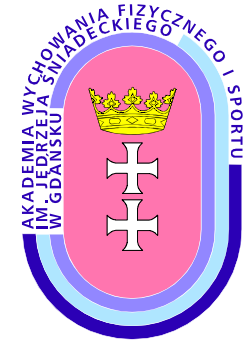


Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku

Katedra Sportu Powszechnego

Zakład Sportów Wodnych



# Żeglarstwo – sem.2 (2 ECTS) sem. 3 (1 ECTS)

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Zbigniew Czubek, [zczubek@awf.gda.pl](mailto:zczubek@awf.gda.pl)
2. dr Krzysztof Zawalski,
3. mgr Arkadiusz Sadowski,
4. mgr Edward Heczko,
5. mgr Tomasz Dudziak,

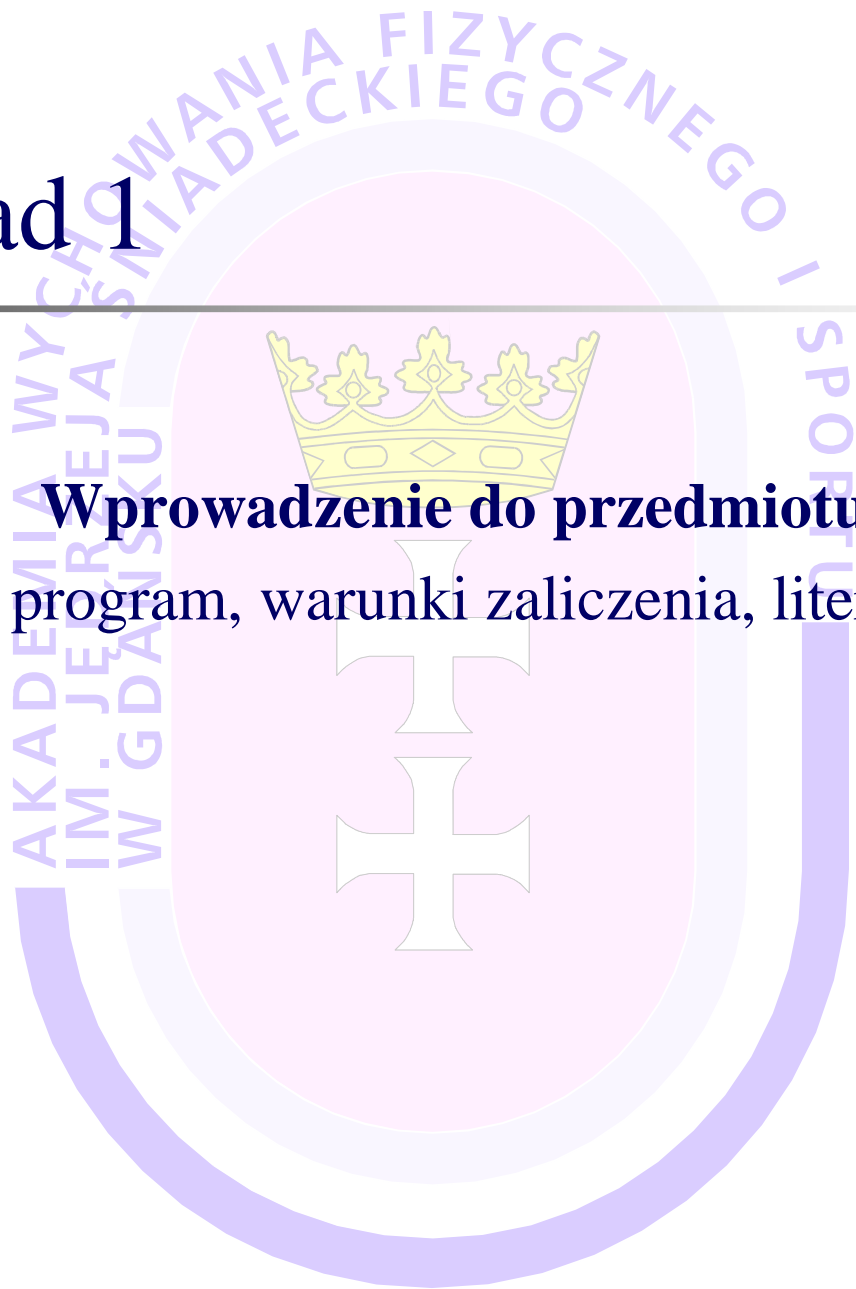


# Wykład 1

---

## **Wprowadzenie do przedmiotu**

Cel, program, warunki zaliczenia, literatura.



# AWFiS w Gdańsku

## Cele przedmiotu:

1. Przygotowanie studentów do świadomego i bezpiecznego żeglowania (uprawiania zespołowej formy turystyki kwalifikowanej).
2. Kształtowanie potrzeby prozdrowotnego stylu życia przez żeglarstwo - formę aktywności uprawianą w bezpośrednim kontakcie z naturą.

# AWFiS w Gdańsku



---

## Program:

1. Przygotowanie studentów do świadomego i bezpiecznego żeglowania (uprawiania zespołowej formy turystyki kwalifikowanej).
2. Kształtowanie potrzeby prozdrowotnego stylu życia przez żeglarstwo - formę aktywności uprawianą w bezpośrednim kontakcie z naturą.

# AWFiS w Gdańsku

## Warunki zaliczenia:

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie przez studenta następujących efektów:

1. Opisuje budowę jednomasztowego jachtu żaglowego o długości do 7,5 m oraz sposoby oznakowania akwenów śródlądowych.
2. Wymienia podstawowe przepisy żeglugowe oraz zasady bezpieczeństwa obowiązujące podczas żeglowania.
3. Wyjaśnia podstawowe zagadnienia dotyczące teorii żeglowania i meteorologii.

# AWFiS w Gdańsku

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie następujących efektów:

4. Pełni funkcje członka załogi reagując poprawnie na komendy sternika.
5. Steruje jachtem jednomasztowym o długości do 7,5 metra i wykonuje podstawowe manewry na otwartym akwenu w warunkach słabego i umiarkowanego wiatru w oparciu o przyswojoną wiedzę żeglarską.
6. Przestrzega zasady bezpieczeństwa podczas zajęć na wodzie.
7. Wykazuje umiejętność współpracy w załodze.
8. Przejawia troskę o środowisko naturalne.
9. Przejawia troskę o powierzony sprzęt.

# A WFiS w Gdańsku

## Literatura podstawowa:

1. Baranowski K., 2002, *Zaczynam żeglować*. Almapress, Warszawa.
2. Dąbrowski W., 2008, *Rekreacyjne żeglowanie po wodach śródlądowych*. Wyd. Arkadiusz Wingert.
3. Kolaszewski A., Świdwiński P., 2006, *Żeglarz jachtowy*. Almapress, Warszawa.

## Literatura uzupełniająca:

4. Dąbrowski W., 1990, *Vademecum żeglarza śródlądowego*. Wydawnictwo MiW, Łódź.
5. Głowacki W., 1989, *Dzieje żeglarstwa polskiego*. Wydawnictwo Morskie, Gdańsk.
6. Maciejowski J., 2004, *Nauka żeglowania*. Almapress, Warszawa.
7. Słodownik M., 2008, *Żeglowanie*. Wydawnictwo Pascal, Bielsko-Biała.

# AWFiS w Gdańsku

Kierunki kształcenia żeglarskiego w ramach studiów:

1. **Specjalizacja - Turystyka wodna** (zajęcia na II i III roku studiów), umożliwia zdobycie stopnia instruktora rekreacji AWF ze specjalnością żeglarstwo.
2. **Obóz żeglarski** – przedmiot do wyboru w 4 sem., pozwala zdobyć uprawnienia żeglarza jachtowego.
3. **Rejsy morskie** – klub studencki „KILWATER”, studenci sami organizują rejsy na uczelnianym jachcie „Śniadecki”.



CHOWANIA FIZYCZNEGO I  
ŚNIADECKIEGO



**Dziękuję za uwagę :-)**