



Polska Szkoła
Alpinizmu TDMA
Mateusz Gutek

★★★★★ 5,0 / 5
66 ocen

Kurs na Instruktora alpinizmu przemysłowego (prac na wysokości wykonywanych w dostępie budowlanym oraz linowym), uwzględniający adekwatne kompetencje na rzecz zielonej transformacji oraz kompetencje cyfrowe

Numer usługi 2026/07/19/22303/3697355

- 📍 Czechowice-Dziedzice
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 107:00 h
- 📅 12.10.2026 do 20.12.2026

8 025,00 PLN brutto
8 025,00 PLN netto
75,00 PLN brutto/h
75,00 PLN netto/h
128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery, Nowy start w Małopolsce z EURESEM
Grupa docelowa usługi	Doświadczeni technicy dostępu linowego, którzy/e chcą zacząć pracować jako Instruktorzy/ki . Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i NSE.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	8
Data zakończenia rekrutacji	07-10-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do prowadzenia zajęć na obiektach przemysłowych z zakresu prac na wysokości w dostępie budowlanym oraz linowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dobiera prawidłowo sprzęt do nauczania technik dostępu budowlanego oraz linowego i używa go w adekwatny do danej sytuacji szkoleniowej sposób, a także taki, żeby spowolnić jego zużycie na rzecz "zielonej gospodarki", przekazując kursantom kluczowe zagadnienia z tego zakresu	poprawność wyboru miejsca do prowadzenia zajęć, wyboru sprzętu, organizacji procesu nauczania, sposobu przekazywania wiedzy oraz pokazu nauczanego elementu, kolejność wprowadzenia zagadnień, odpowiednia korekta błędów, przekazanie wniosków i punktów rozwoju	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wprowadza poszczególne zagadnienia w metodycznie poprawny sposób	odpowiednia kompozycja planu kursu	Prezentacja
Wyszukuje niezbędne informacje oraz filtruje dane, komunikuje się z wykorzystaniem technologii cyfrowych, tworzy cyfrowe treści szkoleniowe z wykorzystaniem Pakietu MS Office, zarządza dostępem do informacji osobistych oraz instaluje oprogramowanie i aplikacje przydatne w procesie szkoleniowym.	Przygotowanie prezentacji multimedialnej na wybrany temat z zakresu prac na wysokości oraz przedstawienie jej treści w prawidłowy metodycznie i efektywny sposób.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Rozróżnia sprzęt przemysłowy i używa go w bezpieczny sposób	udzielanie poprawnych odpowiedzi na szereg szczegółowych pytań otwartych oraz zamkniętych	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Kurs kierowany jest do doświadczonych techników dostępu linowego, którzy/e chcą zacząć pracować jako Instruktorzy/ki . Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i NSE.

- Organizacja i przepisy prawne dotyczące prac na wysokości. Charakterystyka prac na wysokości oraz wiążące się z nią zagrożenia. Przyczyny typowych wypadków i ich profilaktyka.
- Prawa i obowiązki pracowników w zakresie bhp oraz odpowiedzialność za naruszenie przepisów.
- Rodzaje prac na wysokości i ich charakterystyka wraz omówieniem zasad bhp (dostęp budowlany - dachy, drabiny, rusztowania, słupy, maszty, wieże, kominy, ruchome podesty robocze i inne podwyższenia, dostęp linowy oraz przestrzenie zamknięte).
- Środki ochrony indywidualnej (SOI) przed upadkiem z wysokości oraz zasady ich doboru, użytkowania, także kontroli bieżącej i okresowej.
- Punkty asekuracyjne i stanowiska - rodzaje oraz zasady budowy, ze szczególnym uwzględnieniem różnych warunków przemysłowych.
- Ogólne zasady postępowania podczas wykonywania prac na wysokości, organizacja w miejscu pracy, ocena ryzyka oraz plany awaryjne.
- Nadzór i kontrola warunków pracy.
- Sposoby efektywnego przekazywania wiedzy z zakresu teorii i praktyki prac na wysokości.

- Informacje na temat alpinistycznego sprzętu do prac na wysokości - konstrukcja, parametry wytrzymałościowe, zasady prawidłowego użytkowania, bieżącej kontroli, konserwacji oraz przechowywania (kaski, uprząże, liny, taśmy, lonże, karabinki, przyrządy: zaciskowe, asekuracyjno-zjazdowe, autoasekuracyjne; absorbery energii, bloczki oraz różne akcesoria), a także na co i jak zwracać uwagę podczas szkolenia.
- Zasady wiązania węzłów używanych podczas prac na wysokości (stoper, pojedyncza ósemka, powrotna ósemka, ósemka równoległa, kluczek, podwójna ósemka, ósemka z podwójnym uchem, czyli "królicze uszy", skrajny tatrzański, skrajny tatrzański pośredni, motyl alpejski, półwyblinka, wyblinka oraz stoper taśmowy)
- a także omówienie podstawowych błędów popełnianych przy wiązaniu poszczególnych węzłów.
- Zasady budowy stanowisk oraz asekuracja na stanowiskach.
- Przygotowanie i zwijanie lin.
- Zasady asekuracji podczas dojścia do tymczasowych stanowisk roboczych (wspinaczka z dolną asekuracją i trawersowanie, wspinaczka z autoasekuracją za pomocą lonży oraz prowadnic giętkich i sztywnych).
- Różne rodzaje prac: w ograniczeniu, w podparciu, z systemami powstrzymywania spadania, na odcinkach poziomych i skośnych oraz podczas zjazdu.
- Zjazd i wychodzenie po linie, w tym z przepinkami i przez węzeł. Zjazd "na złodzieja".
- Rozwiązywanie różnych sytuacji awaryjnych - zjazd w półwyblince, wychodzenie po linie za pomocą węzłów zaciskowych.
- Prawidłowy dobór sprzętu na różnorodnych stanowiskach pracy.
- Metodyka nauczania zagadnień zawartych w tym dziale.

- Tworzenie efektywnych, multimedialnych prezentacji szkoleniowych (Wyszukiwanie niezbędnych informacji oraz filtrowanie danych, komunikacja z wykorzystaniem technologii cyfrowych, tworzenie cyfrowych treści szkoleniowych z wykorzystaniem Pakietu MS Office, zarządzanie dostępem do informacji osobistych oraz instalowanie oprogramowania i aplikacji przydatnych w procesie szkoleniowym).
- Podstawowe zasady ratownictwa wysokościowego.
- Aspekty medyczne zawisu w uprząży.
- Zasady oceny zagrożenia przed rozpoczęciem akcji ratunkowej, tworzenie planów ratunkowych.
- Sposoby dotarcia do osoby wymagającej udzielenia pomocy.
- Budowa podstawowych układów wyciągowych oraz ich zastosowanie do podnoszenia i transportu ciężarów.
- Zjazd z uszkodzonym na ziemię.
- Budowa podstawowych układów ewakuacyjnych i ich zastosowanie w różnych sytuacjach.
- Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.
- Metodyka nauczania zagadnień związanych z podstawami ratownictwa wysokościowego.

- Egzamin końcowy, teoretyczny i praktyczny

Organizacja szkolenia: grupy szkoleniowe podczas realizacji większości punktów programu 4-6 osobowe. Stanowiska szkoleniowe: obiekty przemysłowe wyposażone w konstrukcje kratowe i słupy.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 44

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 44 Przepisy związane z pracą na wysokości.	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	12-10-2026	08:00	10:00	02:00
2 z 44 Użycie podstawowego o sprzętu wykorzystywanego w pracach na wysokości w dostępie budowlanym cz.1	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	12-10-2026	10:00	13:00	03:00
3 z 44 -	Przerwa	-	12-10-2026	13:00	14:00	01:00
4 z 44 Użycie podstawowego o sprzętu wykorzystywanego w pracach na wysokości w dostępie budowlanym cz.2	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	12-10-2026	14:00	16:00	02:00
5 z 44 Metodyka nauczania umiejętności związanych z przekazywaniem wiedzy z zakresu bezpiecznej pracy na wysokości	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	13-10-2026	08:00	12:30	04:30
6 z 44 -	Przerwa	-	13-10-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 44 Przygotowanie odpowiednio bezpiecznych stacji szkoleniowych dotyczących różnych rodzajów prac na wysokości w dostępie budowlanym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	13-10-2026	13:30	16:00	02:30
8 z 44 Praktyki instruktorskie	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	14-10-2026	08:00	12:30	04:30
9 z 44 -	Przerwa	-	14-10-2026	12:30	13:30	01:00
10 z 44 Zasady przeprowadzania prawidłowej codziennej kontroli SOI	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	14-10-2026	13:30	16:00	02:30
11 z 44 Utrwalanie umiejętności nabytych w poprzednich dniach	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	15-10-2026	08:00	13:00	05:00
12 z 44 -	Przerwa	-	15-10-2026	13:00	14:00	01:00
13 z 44 Przygotowywanie i prezentowanie tematów teoretycznych za pomocą prezentacji multimedialnych	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	15-10-2026	14:00	16:00	02:00
14 z 44 Podstawy prac na wysokości w dostępie linowym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	16-10-2026	08:00	13:00	05:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 44 -	Przerwa	-	16-10-2026	13:00	14:00	01:00
16 z 44 Doskonalenie metodyki nauczania najważniejszych zagadnień prac na wysokości w dostępie budowlanym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	16-10-2026	14:00	16:00	02:00
17 z 44 Podstawy ratownictwa wysokościowego	Zajęcia	Jarosław Gutek	17-10-2026	08:00	11:00	03:00
18 z 44 -	Przerwa	-	17-10-2026	11:00	12:00	01:00
19 z 44 Specyfika przestrzeni zamkniętych oraz ochrona dróg oddechowych, detekcja	Zajęcia	Jarosław Gutek	17-10-2026	12:00	14:00	02:00
20 z 44 Ewakuacja z przestrzeni zamkniętych	Zajęcia	Jarosław Gutek	18-10-2026	08:00	11:00	03:00
21 z 44 -	Przerwa	-	18-10-2026	11:00	12:00	01:00
22 z 44 Zaawansowane techniki linowe stosowane w ratownictwie wysokościowym	Zajęcia	Jarosław Gutek	18-10-2026	12:00	14:30	02:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 44 Przepisy dotyczące wykonywania prac na wysokości w dostępie linowym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	14-12-2026	08:00	10:00	02:00
24 z 44 Użycie podstawowego sprzętu wykorzystywanego w pracach na wysokości w dostępie linowym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	14-12-2026	10:00	13:00	03:00
25 z 44 -	Przerwa	-	14-12-2026	13:00	14:00	01:00
26 z 44 Wychodzenie po linie za pomocą dwóch przyrządów zaciskowych; zjazd i wychodzenie po linie z przepinkami	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	14-12-2026	14:00	16:00	02:00
27 z 44 Sposoby sporządzania poszkodowanego na ziemię	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	15-12-2026	08:00	12:30	04:30
28 z 44 -	Przerwa	-	15-12-2026	12:30	13:30	01:00
29 z 44 Przygotowanie odpowiednio bezpiecznych stacji szkoleniowych dotyczących różnych rodzajów prac na wysokości w dostępie linowym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	15-12-2026	13:30	16:00	02:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
30 z 44 Metodyka nauczania umiejętności związanych z przekazywaniem wiedzy z zakresu bezpiecznej pracy na wysokości w dostępie linowym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	16-12-2026	08:00	12:30	04:30
31 z 44 -	Przerwa	-	16-12-2026	12:30	13:30	01:00
32 z 44 Wspinaczka z dolną asekuracją w warunkach przemysłowych oraz zjazd na złodzieja	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	16-12-2026	13:30	16:00	02:30
33 z 44 Hakówka w dachu oraz prusikowanie	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	17-12-2026	08:00	13:00	05:00
34 z 44 -	Przerwa	-	17-12-2026	13:00	14:00	01:00
35 z 44 Zjazd w półtyblince oraz węzeł flagowy	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	17-12-2026	14:00	16:00	02:00
36 z 44 Zaawansowane układy wyciągowe	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	18-12-2026	08:00	13:00	05:00
37 z 44 -	Przerwa	-	18-12-2026	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 44 Doskonalenie metodyki nauczania najważniejszych zagadnień prac na wysokości w dostępie linowym	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	18-12-2026	14:00	16:00	02:00
39 z 44 Kontrola okresowa SOI	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	19-12-2026	08:00	13:00	05:00
40 z 44 -	Przerwa	-	19-12-2026	13:00	14:00	01:00
41 z 44 Ewidencja SOI	Zajęcia	Norbert Kubiszyn	19-12-2026	14:00	16:00	02:00
42 z 44 -	Walidacja	-	20-12-2026	08:00	11:00	03:00
43 z 44 -	Przerwa	-	20-12-2026	11:00	12:00	01:00
44 z 44 -	Walidacja	-	20-12-2026	12:00	14:30	02:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	107:00
w tym suma godzin zajęć	87:30
w tym suma godzin walidacji	05:30
w tym suma przerw	14:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	124:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	8 025,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 025,00 PLN
--	--------------

Koszt osobogodziny brutto	75,00 PLN
---------------------------	-----------

Koszt osobogodziny netto	75,00 PLN
--------------------------	-----------

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Liczba godzin zegarowych usługi	107:00
---------------------------------	--------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Norbert Kubiszyn

Kwalifikacje/uprawnienia:

1. instruktor wspinaczki
2. instruktor alpinistycznych technik linowych
3. technik dostępu linowego

Doświadczenie: wiele godzin jako operator sztucznej ściany, instruktor wspinaczki, oraz instruktor technik linowych.



2 z 3

Mikołaj Sochacki

Instruktor wspinaczki sportowej o wieloletnim doświadczeniu w prowadzeniu kursów na sztucznej ścianie oraz w skałach, a także indywidualnych zajęć, treningów i routesettingu.



3 z 3

Jarosław Gutek

Nie sposób zliczyć i wymienić ilości godzin podczas działań na wysokości oraz pod ziemią, zarówno w trakcie eksploracji, pracy, pozorowanych akcji ratunkowych i szkolenia, w trakcie aktywności sportowej i zawodowej liczącej już u Jarka ponad 50 lat, ale w każdym z tych aspektów wynosi nie mniej niż kilkanaście tysięcy godzin.

Ukończone szkolenia i staże

Instruktor – szkolenie podstawowe w stanach zagrożenia życia Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego Katedra Anestezjologii i Intensywnej Terapii Zakład Medycyny Katastrof i Pomocy Doraźnej

Staż Chef d'équipe Speleo Secours Francais

Kurs Pierwszej Pomocy Österreichisches Rotes Kreuz
Szkolenie Hilti – Technika zamocowań kotew wklejanych
ECRA Meeting Mira de Aire 2023
Stage de Desobstruction Secours Speleo Secours Francais – Użycie materiałów wybuchowych w ratownictwie jaskiniowym
Międzynarodowej konferencji z ratownictwa jaskiniowego RESCON 2003 (Walia, Anglia), RESCON 2005 (Polska),
Udział w międzynarodowych ćwiczeniach ratowników FIELDEX (Ukraina),
Sędzia w European First Aid Competition 1994 (Canterbury, Anglia)

Instruktor Taternictwa Jaskiniowego PZA
Instruktor Sportu Alpinizm Jaskiniowy
Instruktor Alpinizmu Przemysłowego
Instruktor OTDL PP (z zakresu poziomu podstawowego, podstawowego ratownictwa wysokościowego oraz do szkolenia osób nadzorujących prace na wysokości)
Instruktor Prac Wykonywanych w Przestrzeniach Zamkniętych
Certyfikowany kontroler SOI
Taternik Jaskiniowy
Ratownik GOPR
Medal za Ofiarność i odwagę

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja o węzłach

Prezentacja o stanowiskach

Prezentacja o przepisach i zasadach sztuki

Prezentacja o układach wyciągowych i ewakuacyjnych

Artykuły:

Materiały z jakich produkowany jest sprzęt, co mu szkodzi i jak o niego odpowiednio dbać

Sprawdzanie sprzętu, czyli o kontroli przed każdym użyciem oraz kontrolach okresowych

Hierarchia doboru środków ochrony przed upadkiem z wysokości oraz indywidualne systemy chroniące przed upadkiem z wysokości – EN363

Kaski przemysłowe (EN397) oraz wspinaczkowe (EN12492)

Taśmy (EN565), repsznury/linki pomocnicze (EN564) i pętle (wspinaczkowe – EN566 oraz przemysłowe – EN795/B)

Liny półstatyczne (potocznie statyczne, statyki) – EN1891

Liny dynamiczne – EN892

Karabinki przemysłowe/łączniki (EN362)

Nagrania wykładów:

1. Przepisy, hierarchia doboru środków ochrony przed upadkiem z wysokości oraz rusztowania

2. Zwyżki, dachy, drabiny oraz przestrzenie zamknięte

3. O środkach ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości ogólnie oraz szczegółowo o tych, wykonanych z tworzyw sztucznych

4. O środkach ochrony indywidualnej chroniących przed upadkiem z wysokości wykonanych z metalu
5. O prawidłowym przygotowaniu prac, zasadach sztuki, ocenie ryzyka i planie awaryjnym a także ratownictwie wysokościowym

Warunki uczestnictwa

Ukończony 18sty rok życia, ukończona szkoła średnia, brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania zawodu instruktora alpinizmu przemysłowego oraz wieloletnie doświadczenie w wykonywaniu prac na wysokości w dostępie linowym. Zalecane jest posiadanie ubezpieczenia NNW od następstw nieszczęśliwych wypadków.

Informacje dodatkowe

Ze względu na różne potrzeby uczestników, przerwy mogą być kumulowane lub przesuwane, w stosunku do realizacji konkretnych zagadnień danego dnia oraz przede wszystkim preferencji uczestników.

Cena zawiera:

1. Opiekę instruktorów
2. Wypożyczenie sprzętu
3. Obszerne materiały szkoleniowe
4. Zaświadczenie o ukończeniu kursu

Koszty dodatkowe:

1. Plastikowa legitymacja instruktorska (opcjonalnie)

Adres

ul. Junacka 29
43-502 Czechowice-Dziedzice
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Mateusz Gutek

E-mail biuro@polskaskolaalpinizmu.pl

Telefon (+48) 602 730 213