Akademia Muzyczna im. Stanisława Moniuszki w Gdańsku

Wydział Jazzu i Muzyki Rozrywkowej

SYLABUS PRZEDMIOTU DO PLANU STUDIÓW OBOWIĄZUJĄCEGO OD ROKU AKADEMICKIEGO 2026/2027

NAZWA PRZEDMIOTU	Wychowanie fizyczne
KIERUNEK	Jazz i muzyka estradowa
SPECJALNOŚĆ	Wokalistyka jazzowa
POZIOM STUDIÓW	Studia I stopnia - licencjackie
TRYB ZAJĘĆ	Obowiązkowy
ZAJĘCIA	ćwiczenia; grupowe
SUMA SEMESTRÓW	60 godzin; 0 ECTS

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr hab. Krzysztof Prusik

ZAŁOŻENIA CELE ORAZ CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

W myśl założeń Ustawy o kulturze fizycznej i Prawa o szkolnictwie wyższym, uczelnia zobowiązana jest do opracowania i realizacji programów usprawniania i usportowienia studentów w zakresie przyjętych standardów, określających cykl, przebieg i formy realizacji zadań programowych.
Celem głównym prowadzenia zajęć wychowania fizycznego jest kształtowanie u studentów woli świadomego uczestnictwa w rozwoju swej osobowości przez aktywność cielesną, a więc celowy, wyrozumowany i kontrolowany ruch.

WYMAGANIA WSTĘPNE I DODATKOWE

Nie dotyczy

ZALECANE FAKULTATYWNE KOMPONENTY PRZEDMIOTU
Nie dotyczy
BIBLIOGRAFIA PODSTAWOWA
Nie dotyczy
BIBLIOGRAFIA DODATKOWA
Nie dotyczy
EFEKTY UCZENIA SIĘ
Student poznaje możliwości realizowania swoich potrzeb ruchowych, niezbędnych do prawidłowego rozwoju fizycznego i związanej z wykonywaną profesją koniecznością rekreacji i odnowy psycho-fizycznej. Na wiedzę tą składają się zarówno warunki prowadzenia zajęć jak i świadomość konieczności systematycznej samokontroli działań usprawniających i prozdrowotnych. Uzyskuje przekonanie, iż podnoszenie osobistej sprawności fizycznej wpływa na "pełny dobrostan zdrowotny". Edukacja prozdrowotna daje również oferty zakresu wysokości poziomu natężenia ćwiczeń fizycznych, w zależności od zainteresowań i potrzeb zarówno indywidualnych jak i grupowych. W toku zajęć student podnosi swoją sprawność fizyczną widoczną w nabyciu umiejętności wykorzystywania elementów usprawniania techniki dyscyplin sportowych, do osiągnięcia, dającej satysfakcję osobistą korzyści wynikowej. Realizacja programu usprawniania rehabilitacyjnego, pozwala ustabilizować , a w wielu przypadkach przynieść zdecydowaną poprawę stanu fizycznego osób niepełnosprawnych. Wychowanie Fizyczne i Sport narzucają formułę zdyscyplinowania, poprzez podporządkowanie się celom sukcesu grupowego. Dają też możliwość bezpośredniej oceny wnoszonego zaangażowania indywidualnego w sukces osobisty i zespołowy. Zdyscyplinowanie i systematyczność w dążeniu do sukcesu, przenosi się często na działalność zawodową i uczestnictwo w życiu społecznym.

ORGANIZACJA ZAJĘĆ I UWAGI			
Obowiązkowy. PRZEDMIOTY OGÓLNE			
Semestr studiów	Godziny	ECTS	Forma zaliczenia
I	30	0	zaliczenie bez oceny
II	30	0	zaliczenie bez oceny

Semestr przedmiotu	1	Semestr realizacji w toku studiów	I
Wymiar godzin	30	Punkty ECTS	0
Rodzaj zajęć	ćwiczenia	Sposób zaliczenia	Z - zaliczenie bez oceny

TREŚCI PROGRAMOWE WRAZ Z OPISEM EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Treści i formy organizacji zajęć zmierzają do przyswojenia przez studentów nawyków i umiejętności ruchowych, pozwalających na korzystanie z nich w okresie stabilizacji zawodowej, jako czynnika rekreacji i czynnego wypoczynku, niezależnie od postępującego zaawansowania wiekowego.
Wynikające z powyższego zadania to zabezpieczenie działalności prozdrowotnej i usprawniającej studentów.
Codzienne wielogodzinne ćwiczenia gry na instrumentach muzycznych powodują wady i odkształcenia w prawidłowych postawach i sylwetkach muzyków, wymagające działań korekcyjnych, przedłużających aktywność fizyczną i utrzymujących wysoką sprawność umysłową i cielesną.
Zakres tych zadań jest jednak ograniczony wydolnością organizmów, przeciwwskazaniami zawodowymi i możliwościami dostępu do systematycznych ćwiczeń fizycznych.

METODY DYDAKTYCZNE

Zajęcia wychowania fizycznego prowadzone są w grupach usprawniania i usportowienia zgodnie z ofertą programową, przewidującą możliwość korzystania z różnych form zajęć, w zależności od możliwości fizycznych i zainteresowań sportowych.
W ramach usprawniania studenci mogą korzystać z zajęć ogólnieusprawniających, rehabilitacji ruchowej, gimnastyki przy muzyce i tańca współczesnego.
Zajęcia usprawniające odbywają się na pływalni, siłowni, sali gimnastycznej i sali tańca.
Możliwe jest łączenie zajęć w bloki zajęć (łączonych) pływania i siłowni lub pływania i rehabilitacji ruchowej.
W ramach zajęć usportowienia studenci uczestniczą w grach sportowych: piłce nożnej, koszykówce, tenisie oraz ćwiczeniach siły i sprawności ogólnej.

WARUNKI ZALICZENIA ORAZ METODY I KRYTERIA OCENIANIA

Podstawą zaliczenia jest uczestnictwo w zajęciach, niezależnie od prezentowanego poziomu możliwości i umiejętności fizycznych

Semestr przedmiotu	2	Semestr realizacji w toku studiów	II
Wymiar godzin	30	Punkty ECTS	0
Rodzaj zajęć	ćwiczenia	Sposób zaliczenia	Z - zaliczenie bez oceny

TREŚCI PROGRAMOWE WRAZ Z OPISEM EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Treści i formy organizacji zajęć zmierzają do przyswojenia przez studentów nawyków i umiejętności ruchowych, pozwalających na korzystanie z nich w okresie stabilizacji zawodowej, jako czynnika rekreacji i czynnego wypoczynku, niezależnie od postępującego zaawansowania wiekowego.
Wynikające z powyższego zadania to zabezpieczenie działalności prozdrowotnej i usprawniającej studentów.
Codzienne wielogodzinne ćwiczenia gry na instrumentach muzycznych powodują wady i odkształcenia w prawidłowych postawach i sylwetkach muzyków, wymagające działań korekcyjnych, przedłużających aktywność fizyczną i utrzymujących wysoką sprawność umysłową i cielesną.
Zakres tych zadań jest jednak ograniczony wydolnością organizmów, przeciwwskazaniami zawodowymi i możliwościami dostępu do systematycznych ćwiczeń fizycznych.

METODY DYDAKTYCZNE

Zajęcia wychowania fizycznego prowadzone są w grupach usprawniania i usportowienia zgodnie z ofertą programową, przewidującą możliwość korzystania z różnych form zajęć, w zależności od możliwości fizycznych i zainteresowań sportowych.
W ramach usprawniania studenci mogą korzystać z zajęć ogólnieusprawniających, rehabilitacji ruchowej, gimnastyki przy muzyce i tańca współczesnego.
Zajęcia usprawniające odbywają się na pływalni, siłowni, sali gimnastycznej i sali tańca.
Możliwe jest łączenie zajęć w bloki zajęć (łączonych) pływania i siłowni lub pływania i rehabilitacji ruchowej.
W ramach zajęć usportowienia studenci uczestniczą w grach sportowych: piłce nożnej, koszykówce, tenisie oraz ćwiczeniach siły i sprawności ogólnej.

WARUNKI ZALICZENIA ORAZ METODY I KRYTERIA OCENIANIA

Podstawą zaliczenia jest uczestnictwo w zajęciach, niezależnie od prezentowanego poziomu możliwości i umiejętności fizycznych