

Wydział Dyrygentury, Kompozycji i Teorii Muzyki

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

NAZWA PRZEDMIOTU	Wychowanie fizyczne
KIERUNEK <i>właściwie podkreślić</i>	• <u>dyrygentura</u> • <u>kompozycja i teoria muzyki</u> • muzyka i media
SPECJALNOŚĆ <i>właściwie podkreślić</i>	• <u>dyrygentura symfoniczno-operowa</u> (obowiązkowo) • <u>kompozycja</u> (obowiązkowo) • kompozycja muzyki do filmu, gier i mediów • <u>teoria muzyki</u> (obowiązkowo) • muzyka w komunikacji medialnej
POZIOM STUDIÓW <i>właściwie podkreślić</i>	• <u>licencjackie</u> • magisterskie
OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT:	
prof. dr hab. Krzysztof Prusik dr Beata Oryl	
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:	

ZALECANE FAKULTATYWNE KOMPONENTY PRZEDMIOTU:	

BIBLIOGRAFIA PODSTAWOWA:	

BIBLIOGRAFIA UZUPEŁNIAJĄCA:	

EFEKTY UCZENIA SIĘ – WIEDZA:	
1. student poznaje możliwości realizowania swoich potrzeb ruchowych, niezbędnych do prawidłowego rozwoju fizycznego i związanej z wykonywaną profesją koniecznością rekreacji i odnowy psychofizycznej. Na wiedzę tę 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".	

<i>Edukacja prozdrowotna daje również oferty zakresu wysokości poziomu natężenia ćwiczeń fizycznych, w zależności od zainteresowań i potrzeb zarówno indywidualnych jak i grupowych (K_W13)</i>
EFEKTY UCZENIA SIĘ – UMIEJĘTNOŚCI:
1. <i>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 (K_U15)</i>
EFEKTY UCZENIA SIĘ – KOMPETENCJE SPOŁECZNE:
1. <i>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 (K_K04, K_K07)</i>

semestr przedmiotu:	I	semestr realizacji przedmiotu w toku studiów:	1
wymiar godzin:	30	ilość pkt. ECTS:	0
rodzaj zajęć <i>właściwe podkreślić</i>	- wykład <u>ćwiczenia</u> - seminarium	sposób zaliczenia <i>właściwe podkreślić</i>	- E - egzamin - ZO - zaliczenie z oceną <u>Z - zaliczenie bez oceny</u>

TREŚCI PROGRAMOWE WRAZ Z OPISEM EFEKTÓW KSZTAŁCENIA:

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.

WARUNEK ZALICZENIA KURSU WRAZ Z METODAMI I KRYTERIAMI OCENIANIA:

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

umiejętności fizycznych.

semestr przedmiotu:	II	semestr realizacji przedmiotu w toku studiów:	2
wymiar godzin:	30	ilość pkt. ECTS:	0
rodzaj zajęć <i>właściwe podkreślić</i>	- wykład <u>ćwiczenia</u> - seminarium	sposób zaliczenia <i>właściwe podkreślić</i>	- E - egzamin - ZO - zaliczenie z oceną <u>Z - zaliczenie bez oceny</u>
TREŚCI PROGRAMOWE WRAZ Z OPISEM EFEKTÓW KSZTAŁCENIA:			
<i>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.</i> <i>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.</i> <i>Zakres tych zadań jest jednak ograniczony wydolnością organizmów, przeciwwskazaniami zawodowymi i możliwościami dostępu do systematycznych ćwiczeń fizycznych.</i>			
METODY DYDAKTYCZNE:			
<i>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.</i> <i>W ramach usprawniania studenci mogą korzystać z zajęć ogólnieusprawniających, rehabilitacji ruchowej, gimnastyki przy muzyce i tańca współczesnego.</i> <i>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.</i> <i>W ramach zajęć usportowienia studenci uczestniczą w grach sportowych: piłce nożnej, koszykówce, tenisie oraz ćwiczeniach siły i sprawności ogólnej.</i>			
WARUNEK ZALICZENIA KURSU WRAZ Z METODAMI I KRYTERIAMI OCENIANIA:			
<i>Podstawą zaliczenia jest uczestnictwo w zajęciach, niezależnie od prezentowanego poziomu możliwości i umiejętności fizycznych.</i>			