

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	Instrumentalistyka 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
Do uzupełnienia - brak treści w materiale źródłowym.

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
ZAKRES WYMAGAJĄCY UZUPEŁNIENIA LUB POTWIERDZENIA			
Brak treści w źródle: Efekty uczenia się.			

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.			