



# **Regulamin organizacji zajęć wychowania fizycznego oraz zasad zaliczania przedmiotu wychowanie fizyczne przez studentów Podhalańskiej Państwowej Uczelni Zawodowej w Nowym Targu**

## **§1**

### **Postanowienia ogólne**

1. Za planowanie, organizację i realizację obowiązkowych zajęć z wychowania fizycznego w Podhalańskiej Państwowej Uczelni Zawodowej w Nowym Targu odpowiada Zakład Wychowania Fizycznego i Sportu.
2. Zakład Wychowania Fizycznego i Sportu (ZWFiS) jest jednostką funkcjonującą w strukturze Instytutu Nauk Humanistycznych i Turystyki (INHiT).
3. Kierownik ZWFiS podlega bezpośrednio Dyrektorowi INHiT PPUZ w Nowym Targu.

## **§2**

### **Struktura organizacyjna oraz zakres obowiązków pracowników ZWFiS**

1. ZWFiS kieruje kierownik zakładu.
2. Pracownikami ZWFiS są nauczyciele akademicy posiadający wiedzę i kompetencje z zakresu wychowania fizycznego.

3. W ramach wykonywania obowiązków dydaktycznych nauczyciele akademicy zatrudnieni w zakładzie zobowiązani są w szczególności do:
  - 3.1. Prowadzenia zajęć dydaktycznych z wychowania fizycznego i zajęć sportowych pozostających w kompetencjach ZWFiS.
  - 3.2. Przeprowadzania prób sprawności fizycznej, sprawdzianów kontrolnych itp.
  - 3.3. Prowadzenia uczelnianych zespołów sportowych.
  - 3.4. Prowadzenia zajęć dydaktycznych w czasie obozów sportowych wchodzących w zakres zajęć z wychowania fizycznego.
  - 3.5. Prowadzenia prac organizacyjnych związanych z dydaktyką oraz działalnością sportową uczelni.
4. W ramach realizacji zajęć wychowania fizycznego ZWFiS współpracuje z dyrektorami instytutów.

### §3

#### **Zasady organizacji zajęć wychowania fizycznego**

1. Programy zajęć z wychowania fizycznego realizowanych przez ZWFiS opracowane są na podstawie Polskiej Ramy Kwalifikacji zawartej w opisie Efektów Uczenia się na studiach pierwszego stopnia lub studiach jednolitych magisterskich o profilu praktycznym.
2. Zajęcia z wychowania fizycznego prowadzone są na wszystkich kierunkach studiów w wymiarze minimum 60 godzin ćwiczeń w toku studiów lub w wymiarze wynikającym ze standardów kształcenia na poszczególnych kierunkach studiów. Zajęciom z wychowania fizycznego nie przepisuje się punktów ECTS.  
Realizacja zajęć na poszczególnych semestrach ustalana jest przez kierownika zakładu w porozumieniu z dyrektorami instytutów.
3. Na wszystkich kierunkach studiów zajęcia wychowania fizycznego mają charakter modułowy zgodny z zainteresowaniem studenta.
4. W ramach modułów wybieranych przez studentów dopuszcza się realizację następujących rodzajów zajęć:
  - 4.1. Wychowanie fizyczne – moduł ogólny,

- 4.2. Zespołowe gry sportowe m.in.: piłka siatkowa, piłka koszykowa, piłka ręczna, futsal, unihokej,
  - 4.3. Wychowanie fizyczne z edukacją zdrowotną (moduł teoretyczny),
  - 4.4. Fitness dance,
  - 4.5. Fitness body&mind,
  - 4.5. Pływanie,
  - 4.6. Nordic walking,
  - 4.7. Wspinaczka,
  - 4.8. Turystyka górską,
  - 4.9. Trening siłowy,
  - 4.10. Kickboxing.
5. Na prośbę samorządu studenckiego, dyrektorów instytutów lub innych jednostek ogólnouczelnianych mogą zostać wprowadzone inne niż wymienione w § 3 pkt. 4. moduły realizacji zajęć z wychowania fizycznego. Wprowadzenie nowych modułów tematycznych wymaga konsultacji i uzgodnienia z kierownikiem ZWFiS.
  6. Zajęcia realizowane w ramach modułów obowiązkowych kończą się zaliczeniem.

#### §4

##### **Wybór modułu realizacji zajęć z wychowania fizycznego**

1. Studenci dokonują wyboru modułu realizacji wychowania fizycznego samodzielnie poprzez Arkusz Google w terminie określonym przez kierownika ZWFiS.
2. Na każdy moduł przewidziana jest określona liczba miejsc zgodna z przepisami bezpieczeństwa i możliwościami organizacyjnymi Uczelni.
3. Ilość miejsc określa kierownik ZWFiS na podstawie Zarządzenia Rektora. W przypadku zgłoszenia większej liczby studentów zakwalifikowani w pierwszej kolejności zostają studenci, którzy zgłosili się jako pierwsi.
4. Brak wyboru modułu przez studenta skutkuje brakiem zliczenia przedmiotu wychowanie fizyczne w danym semestrze.
5. Nie dopuszcza się możliwości zmian realizowanego przez studenta modułu po zatwierdzeniu przez kierownika ZWFiS.
6. Na moduł „Wychowanie fizyczne z edukacją zdrowotną” mogą zapisać się tylko studenci posiadający całkowite zwolnienie lekarskie z ćwiczeń fizycznych. „Kartę

zwolnienia” (Załącznik nr 1) należy dostarczyć po akceptacji kierownika ZWFiS do Działu Nauczania do 2 tygodni od rozpoczęcia semestru. Zwolnienie ostatecznie jest akceptowane przez dyrektora właściwego instytutu.

7. W sytuacji udokumentowanych problemów zdrowotnych, które wystąpiły w trakcie trwania danego semestru dopuszcza się przepisanie studenta na moduł „Wychowanie fizyczne z edukacją zdrowotną”. Decyzję o przepisaniu studenta do grupy „Wychowanie fizyczne z edukacją zdrowotną” podejmuje dyrektor właściwego instytutu po akceptacji „Karty zwolnienia” przez kierownika ZWFiS. Student dostarcza „Kartę zwolnienia” do 2 tygodni od wystąpienia problemów zdrowotnych.

## §5

### Uzyskanie zaliczenia z wychowania fizycznego

1. Student zobowiązany jest do czynnego udziału w zajęciach z wychowania fizycznego w liczbie określonej w sylabusie przedmiotu.
2. Przez czynny udział w realizacji wychowania fizycznego rozumie się podjęcie ćwiczeń ruchowych zleconych przez prowadzącego.
3. Studenci, biorący czynny udział w zajęciach, zobowiązani są do uczestniczenia w odpowiednim stroju sportowym zgodnym z bhp zajęć lub Regulaminem obiektów sportowych.
4. Student któremu przyznano indywidualną organizację studiów zobowiązany jest do czynnego udziału w co najmniej 50 % obowiązkowych zajęć z wychowania fizycznego. Ostateczną minimalną liczbę godzin ustala prowadzący zajęcia.
5. Zajęcia można odrobić na zasadach określonych przez prowadzących zajęcia.
6. Ocenie z wychowania fizycznego podlega:
  - postawa studenta na zajęciach i wobec kultury fizycznej,
  - wiedza z zakresu kultury fizycznej,
  - poziom umiejętności i sprawności fizycznej studenta.
7. Ocenie z modułu „Wychowanie fizyczne z edukacją zdrowotną” podlega wiedza z zakresu tematyki realizowanych zajęć.
8. Student zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich sprawdzianów teoretycznych i praktycznych w terminie ustalonym przez prowadzącego zajęcia.

9. Szczegółowe warunki zaliczenia określone są w karcie przedmiotu. Zostają one omówione na pierwszych zajęciach przez prowadzących poszczególne moduły w ramach których realizowane są zajęcia z wychowania fizycznego.

## §6

### **Zwolnienia z realizacji zajęć wychowania fizycznego**

1. Studenci posiadający zwolnienie ze wskazanych przez lekarza rodzajów ćwiczeń lub form aktywności fizycznej są zobowiązani do dostarczenia „Karty zwolnienia” do kierownika ZWFiS. Studenci uczestniczą w zajęciach z uwzględnieniem przeciwwskazań i zaleceń lekarza.
2. Studenci posiadający zwolnienie lekarskie z ćwiczeń fizycznych, uniemożliwiające im uczestnictwo w programowych zajęciach wychowania fizycznego, realizują wychowanie fizyczne uczestnicząc w module „Wychowanie fizyczne z edukacją zdrowotną”
3. Studenci posiadający orzeczenie o stopniu niepełnosprawności uczestniczą w zajęciach o charakterze korekcyjno – kompensacyjnym.
4. W uzasadnionych przypadkach na wniosek studenta, dyrektor właściwego instytutu może, po otrzymaniu opinii kierownika ZWFiS, przenieść realizację przedmiotu na następny(e) semestr(y).
5. Studenci, którzy otrzymali zaliczenie z wychowania fizycznego w PPUZ w Nowym Targu lub innej uczelni, mogą być zwolnieni z realizacji przedmiotu po wcześniejszym udokumentowaniu odbycia ćwiczeń w takiej samej liczbie godzin, w takim samym zakresie programowym, na których zostały zrealizowane wymagane efekty uczenia się. Decyzję o przepisaniu zaliczenia zajęć z wychowania fizycznego podejmuje dyrektor właściwego instytutu w ustaleniu z kierownikiem ZWFiS, na wniosek studenta, po zapoznaniu się z przedstawioną przez niego dokumentacją przebiegu odbytych studiów.
6. Zwolnieni z zajęć wychowania fizycznego mogą zostać studenci-sportowcy posiadający klasę sportową potwierdzoną przez Polski Związek Sportowy. Decyzję o zwolnieniu z zajęć podejmuje dyrektor właściwego instytutu w ustaleniu z kierownikiem ZWFiS, na wniosek studenta, po zapoznaniu się z przedstawioną przez niego dokumentacją.

7. Zwolnieni z realizacji zajęć wychowania fizycznego mogą być studenci przynależący do sekcji sportowych KU AZS PPUZ lub zespołu Młode Podhale pod warunkiem, że:
  - 7.1. Dyrektor właściwego instytutu w ustaleniu z kierownikiem ZWFiS wyraził zgodę na taką formę realizacji przedmiotu.
  - 7.2. Uczestniczyli w 80 % treningów.
  - 7.3. Ilość treningów odpowiada liczbie godzin z wychowania fizycznego ujętych w programie studiów.
  - 7.4. Uzyskali pozytywną opinię trenera lub instruktora prowadzącego zajęcia.
8. Student może starać się o zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego na podstawie uzyskanego zaliczenia z tego przedmiotu w PPUZ w Nowym Targu lub innej uczelni w terminie do trzech lat wstecz od daty złożonego wniosku o przepisanie oceny.
9. Student realizujący indywidualnie wychowania fizyczne w ramach sekcji sportowych KU AZS PPUZ lub zespołu Młode Podhale zobowiązany jest dostarczyć „Kartę indywidualnej realizacji wychowania fizycznego” (Załącznik nr 2) do kierownika ZWFiS do końca semestru w którym realizuje przedmiot.

Nowy Targ, 7.11.2022 r.

**Karta zwolnienia**

W związku z wystawieniem zaświadczenia o zwolnieniu studenta z wybranych ćwiczeń i form aktywności na zajęciach wychowania fizycznego, bardzo prosimy o uszczegółowienie i sprecyzowanie dozwolonych ćwiczeń realizowanych w ramach wychowania fizycznego.

**Imię i nazwisko studenta**.....

**Data i miejsce urodzenia** .....

**Kierunek studiów**.....

| Rodzaj ćwiczeń lub formy aktywności  | Może uczestniczyć | Nie może uczestniczyć |
|--|-------------------|-----------------------|
| Ćwiczenia fizyczne angażujące w znacznym stopniu układ krążeniowo-oddechowy (biegi średnie, biegi sprinterskie, test Coopera, i in.) |                   |                       |
| Ćwiczenia siłowe i oparte o siłę eksplozywną (skoki, rzuty, pchnięcia, mocowania)  |                   |                       |
| Ćwiczenia w zaburzonej statyce ciała (ćwiczenia równoważne)  |                   |                       |
| Ćwiczenia przy muzyce o wysokim natężeniu dźwięku  |                   |                       |
| Ćwiczenia w pozycjach niskich (leżenia, podpory, klęki) po których następuje szybka pionizacja ciała                                 |                   |                       |
| Ćwiczenia o długim czasie trwania (powyżej 1,5 h) i niskiej intensywności (marsze, nordic walking)                                   |                   |                       |
| Ćwiczenia z częstą zmianą pozycji i tempa (zespołowe gry sportowe, sporty walki)   |                   |                       |
| Pływanie i ćwiczenia w wodzie  |                   |                       |
| Inne wskazania i sugestie lekarza  |                   |                       |

.....  
Data, podpis i pieczęć lekarza

Opinia Kierownika ZWFIS

Akceptacja Dyrektora instytutu/jednostki wspólnej

.....

.....

Data i podpis Kierownika ZWFIS

Data i podpis Dyrektora instytutu/jednostki wspólnej

**Karta indywidualnej realizacji zajęć wychowania fizycznego  
studenta Podhalańskiej Państwowej Uczelni Zawodowej w Nowym Targu**

Nazwisko i imię studenta: .....

Kierunek studiów: .....

Rok studiów: .....

| Lp. | Termin zajęć | Ilość zrealizowanych godzin | Podpis prowadzącego zajęcia |
|-----|--------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1   |              |                             |                             |
| 2   |              |                             |                             |
| 3   |              |                             |                             |
| 4   |              |                             |                             |
| 5   |              |                             |                             |
| 6   |              |                             |                             |
| 7   |              |                             |                             |
| 8   |              |                             |                             |
| 9   |              |                             |                             |
| 10  |              |                             |                             |
| 11  |              |                             |                             |
| 12  |              |                             |                             |
| 13  |              |                             |                             |
| 14  |              |                             |                             |
| 15  |              |                             |                             |

Ocena: .....

.....

(data i podpis zaliczającego)