



POLSKO-JAPOŃSKA WYŻSZA SZKOŁA TECHNIK KOMPUTEROWYCH

ポーランド
日本
情報
工科大学

REGULAMIN ZALICZEŃ PRZEDMIOTU „WYCHOWANIE FIZYCZNE”

Obowiązkowe zajęcia z WF – IV semestr

W roku akademickim 2009/10 w semestrze letnim zajęcia z Wychowania Fizycznego obowiązują **studentów II roku studiów dziennych** (na Wydziale Informatyki, Kultury Japonii, Sztuki Nowych Mediów i Zarządzania Informacją) w wymiarze 30 godzin lekcyjnych.

1. Zapisy na zajęcia WF prowadzone są u Kierownika Studium WF mailowo pod adresem: maciekk@pjwstk.edu.pl do dnia 13 marca 2010.

Zgłoszenia przyjmowane są do wyczerpania miejsc - obowiązuje limit miejsc. Na zajęcia jogi, pływania oraz siłowni z fitness **pierwszeństwo przy zapisach mają studentki**. Jeden student może się wpisać tylko na jedną listę. Deklaracja uczestnictwa w danej grupie obowiązuje przez cały semestr.

2. Uczelnia zapewnia następujące zajęcia:

- **Aikido**

Adres: Zespół Szkół nr 24, ul. Ks. Janusza 45/47
Termin: Czwartek 17.45-19.15; START 4 marca

- **Halowa piłka nożna**

Adres: Hala Warszawianki, ul. Merliniego 2
Termin: Środa 20.30-22.00; START 3 marca

- **Joga (pierwszeństwo przy zapisach mają studentki)**

Adres: ul. Raszyńska 22
Terminy zajęć do wyboru: pn.07.00, 19.00, 20.30; wt. 19.00, 20.30; śr. 07.00, 19.00, 20.30; czw. 19.00, 20.30; sob. 09.30. START 1 marca
Więcej informacji na stronie: www.pracowniaasan.pl

- **Kung-Fu**

Szkoła Chińskiego Wu-Shu „Nan Bei Shen Long”
START 2 marca

Dokładna lokalizacja zajęć znajduje się <http://www.wushu.pl/?content=plan-zajec>
Zajęcia dla studentów PJWSTK odbywają się we wszystkich ośrodkach podanych na stronie, poza klubami fitness.

- **Pływanie** (pierwszeństwo przy zapisach mają studentki)

Adres: OSiR m.st. Warszawy w Dzielnicy Ochota, ul. Rokosowska 10
Terminy: pn.-pt. 06.00-22.00, sob.-niedz. 08.00-22.00. START 1 marca

- **Siłownia/fitness** (pierwszeństwo przy zapisach mają studentki)

Adres: Al. Jerozolimskie 123A(budynek Millennium Plaza)
Zajęcia trwają od 22 marca do 22 maja; 30 godz. należy zaliczyć w ciągu 2 miesięcy
Terminy pn.-pt. 7.00-17.00 oraz sob.-niedz. 9.00-20.00
Więcej informacji na stronie: www.everybody.pl

- **Tai-Chi**

Szkoła Chińskiego Wu-Shu „Nan Bei Shen Long”

Terminy zajęć do wyboru: pn. 18.30, 20.30; wt. 20.00; śr. 18.30, 20.00; czw. 20.00; pt. 18.30, 20.30 sob. 09.00, 11.00, START 1 marca

Dokładna lokalizacja zajęć znajduje się <http://www.wushu.pl/?content=plan-zajec>

Zajęcia dla studentów PJWSTK odbywają się we wszystkich ośrodkach podanych na stronie, poza klubami fitness.

3. Uczestnictwo w zajęciach innych niż oferowane przez PJWSTK.

Najpóźniej do 21 marca 2010 roku do Kierownika Studium WF należy przekazać podanie ([do pobrania tutaj](#)) z prośbą o zaliczenie WF w związku z uczęszczaniem na zajęcia sportowe inne niż oferowane przez PJWSTK. Do podania należy załączyć zaświadczenie ([do pobrania tutaj](#)) (z podpisem i pieczętką instruktora/trenera) o uczęszczaniu na w/w zajęcia.

Po pozytywnym rozpatrzeniu podania, należy dostarczyć do końca semestru zaświadczenie, potwierdzające uczestnictwo w min. 30 godzinach zajęć. Zaświadczenie musi posiadać podpis osoby prowadzącej oraz pieczętkę klubu lub obiektu sportowego.

4. Zwolnienia z zajęć WF.

Studenci, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą uczestniczyć w zajęciach WF, zobowiązani są dostarczyć długookresowe zwolnienie lekarskie do Kierownika Studium WF do 21 marca 2010 roku.

5. Frekwencja

Nieobecność na więcej niż 3 zajęciach (6 godzin lekcyjnych) skutkuje niezaliczeniem przedmiotu i powoduje konieczność zaliczenia warunkowego w innym semestrze – **ODPŁATNIE**.

Osoby zaliczające WF we własnym zakresie muszą uczestniczyć w 30 godzinach zajęć (niedopuszczalne są nieobecności).

W przypadkach wyżej nieuregulowanych decyzję podejmuje Kierownik Studium WF – Maciej Krzyczkowski, tel. 022 58 44 540, e-mail: maciekk@pjwstk.edu.pl