

Drodzy Studenci,

Przed nami trzeci tydzień zawieszenia zajęć i przejścia w tryb nauczania on-line (Zarządzenie nr 31/2020

Rektora Państwowej Szkoły Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej z dnia 25.03.2020 r.

w sprawie: kontynuacji zmiany formy organizacji zajęć dydaktycznych w terminie od 26 marca do 10 kwietnia 2020 roku w Państwowej Szkole Wyższej im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej).

Zdajemy sobie sprawę, że wielu z Was, swój czas musi dzielić pomiędzy naukę, pracę i rodzinę. Niejednokrotnie pracujecie w służbach, które w tym trudnym czasie są bardzo ważne: ratownicy medyczni, strażacy, straż graniczna, policja, wojsko, pielęgniarstwo. Bardzo Wam jesteśmy wdzięczni i gratulujemy Wam odwagi. Rodzicom i opiekunom osób starszych gratulujemy cierpliwości i oddania.

Wszystkim nam nie jest łatwo wytrzymać w izolacji. Tym bardziej zachęcamy do stosowania się do zasady 3x30x130 (zasada opisana w postach poniżej).

Aby nie obciążać Państwa zbyt wieloma dodatkowymi zajęciami a jednocześnie dopełnić obowiązku wspólnej pracy zdalnej, prosimy o napisanie pracy teoretycznej na wybrany przez Państwa temat, zgodnie z Kartą Przedmiotu Wychowanie Fizyczne (Karty przedmiotu znajdują się na stronie Uczelni w zakładce pliki do pobrania, plany studiów, karty przedmiotów). Forma pracy dowolna: referat lub prezentacja, proszę nie zapomnieć o bibliografii oraz o podaniu swojego nazwiska oraz kierunku i grupy.

Prace proszę przesyłać na adres mailowy swojego prowadzącego, do Świąt Wielkanocnych.

Zajęcia z wychowania fizycznego

Geschrieben von: Justyna Sadowska

Montag, den 30. März 2020 um 07:00 Uhr - Aktualisiert Montag, den 30. März 2020 um 08:56 Uhr

Jednocześnie, zachęcamy Państwa do prowadzenia dziennika samorealizacji, którego wzór przedstawiamy tutaj: [Dziennik_samorealizacji.docx](#)

Prowadzenie dziennika przez cały okres nieobecności na uczelni, stanowić będzie swojego rodzaju autodoping do codziennego dbania o aktywność i pozwoli Wam uświadomić sobie czy wystarczająco czasu poświęćcie aktywności ruchowej w trosce o zdrowie, zarówno fizyczne jak i psychiczne.

Zyczymy wszystkim wytrwałości i cierpliwości a przede wszystkim zdrowia.

Ze sportowym pozdrowieniem

Pracownicy Studium Wychowania Fizycznego i Sportu

PSW Biała Podlaska