Lublin, …………………………………… r.

Egzamin końcowy – Moduł wychowania fizycznego

Projekt pt. ,,Senior w teatrze życia codziennego’’

realizowany przez Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie
w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój,

Oś priorytetowa: III. Szkolnictwo wyższe dla gospodarki i rozwoju,

Działanie: 3.1 Kompetencje w szkolnictwie wyższym

Imię i Nazwisko ………………………………………………..………………………….....................................................

1. Co pomaga w utrzymaniu się na wodzie podczas zajęć Aqua Fitness?
A. Pasy wypornościowe B. Maty
C. Sztangi D. Duże piłki

2. W trakcie jakich zajęć używa się małych piłek do masażu?
A. Spinning- rowery B. Nauka pływania
C. Zdrowy kręgosłup D. Ćwiczenia siłowe

3. Jak często powinna ćwiczyć osoba 60+ by utrzymać sprawność fizyczną?
A. 1x w tygodniu B. 3x w tygodniu
C. 1x w miesiącu D. 3x w miesiącu

4. Jakiego sprzętu używa się podczas nauki pływania?
A. Hantle B. Obciążniki
C. Koło ratunkowe D. Makarony i deski

5. Jak oceniają Państwo prowadzenie zajęć z modułu wychowania fizycznego w ramach projektu skali od 1 do 10

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

6. Proszę opisać co najbardziej podobało się Państwu w trakcie realizacji zajęć z modułu wychowania fizycznego w ramach projektu:

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………. …………………………………………………..

 mgr Teresa Pasiak mgr Aleksandra Kołodziejczyk