

## Posiedzenia Komitetu Organizacyjnego StudentEURO 2011



## BIOFIZYKA - Seminarium Zakładów Jednoimiennych



## Gala Wyborów Miss Polski AWF



## JUWENALIA AWF „PELE-MELE” – 12 maja



Kwiecień obfitował w liczne wydarzenia inicjowane przez studentów AWF Warszawa. Dzięki energii i zmysłowi organizacyjnemu studentów społeczność akademicka miała okazję uczestniczyć w sztafecie pływackiej EKIDEN oraz Gali Wyborów Miss Polski AWF. Oba wydarzenia były relacjonowane na żywo.

W maju czekają nas kolejne studenckie przedsięwzięcia. Już 12 maja odbędą się Juwenalia AWF "PELE-MELE" a ostatniego dnia miesiąca - kolejna akcja krwiodawstwa ❤️

Kibicujemy i gorąco wspieramy taką aktywność!

Redakcja  
Akademickich Wiadomości Freestylowych

# Z życia Uczelni

## Posiedzenia Komitetu Organizacyjnego StudentEURO 2011

6 kwietnia w Sali Senackiej AWF Warszawa odbyło się posiedzenie Komitetu Organizacyjnego StudentEURO 2011. Uczestnikami spotkania byli m. in.: prof. Alicja Przyłuska-Fischer, prof. Zbigniew Dziubiński, Wiesław Gamow (Dyrektor Departamentu w Ministerstwie Oświaty, Edukacji i Sportu Ukrainy), Walentin Gawriłka (Sekretarz Generalny Federacji Sportu Akademickiego Ukrainy), Bogdan Juchnicki (Dyrektor Biura Sportu Szkolno-Akademickiego województwa łwowskiego), Wojciech Kudlik (Dyrektor Departamentu Sportu Powszechnego MSiP), Bartłomiej Korpak (Sekretarz Generalny AZS). W trakcie spotkania omówiona została koncepcja organizacyjna eliminacji i finałów StudentEURO 2011.

Zawody StudentEURO to rywalizacja sportowa uczelnianych zespołów w piłce nożnej, organizowana wspólnie przez federacje sportu studenckiego Polski i Ukrainy przy współpracy Fundacji Edukacyjnej „Perspektywy”. Zawody zainaugurowano turniejem rozegranym w 2010 roku na Ukrainie. Celem StudentEURO jest promocja Euro 2012 w środowisku akademickim, a także partnerska współpraca

uczeln polskich i ukraińskich. W 2011 roku zawody w Polsce rozegrane zostaną w dniach 8-14 września w Poznaniu, Gdańsku, Wrocławiu i Warszawie.



## Ekiden 2011 - maraton pływacki



6 kwietnia odbyła się kolejna już edycja maratonu pływackiego na dystansie 1000 lub 2000 m. Wzięły w nim udział AWFy z całej Polski! Ekiden to konsolidacja całego środowiska akademickiego oraz rywalizacja sportowa na wesoło.

Studenci oprócz różnorodnych "technik" pływania wykazali się również kreatywnością w doborze strojów dla swoich teamów.

W klasyfikacji końcowej AWF Warszawa zajęła 2. miejsce z czasem 11h 32min 20sek.

Podziękowania należą się studentom naszej Uczelni, przede wszystkim organizatorowi - Samorządowi Studentów oraz Centrum Informatycznemu, które przygotowało relację na żywo.

## Sukces DNIA OTWARTYCH DRZWI



9 kwietnia w naszej Uczelni odbył się Dzień Otwartych Drzwi. Odwiedzili nas kandydaci, aby zapoznać się z ofertą edukacyjną i wymaganiami egzaminacyjnymi na poszczególne kierunki studiów.

Liczenie przybyli mieli możliwość bezpośredniego kontaktu z nauczycielami akademickimi i studentami, którzy przybliżyli im specyfikę studiów.

Ważnym punktem były praktyczne pokazy prawidłowego wykonania elementów egzaminu sprawnościowego z różnych dyscyplin sportowych.

## BIOFIZYKA - Seminarium Zakładów Jednoimiennych

15 kwietnia odbyło się Seminarium Zakładów Jednoimiennych organizowane przez Zakład Biomechaniki Wydziału Rehabilitacji AWF Warszawa (pod auspicjami Polskiego Towarzystwa Biomechaniki).

Uczestnicy wysłuchali wykładu wygłoszonego przez prof. Andrzeja Majhofera (Uniwersytet Warszawski, Wydział Fizyki, Zakład Dydaktyki) „O nauczaniu fizyki na Uniwersytecie Warszawskim i na Uniwersytecie w Konstancji (RFN)”.

Na seminarium złożyły się prezentacja i dyskusja na temat programów i metod nauczania biofizyki. Spotkanie zakończyło się próbą ustalenia kryteriów kwalifikacyjnych z zakresu biofizyki dla absolwentów fizjoterapii na akademiach wychowania fizycznego.



## Gala Wyborów Miss Polski AWF

AWF Warszawa była tegorocznym gospodarzem Gali Wyborów Miss Polski AWF. Wydarzenia, które przyciągnęło gości wyjątkową atmosferą. 14 kwietnia Hala Gier zgromadziła tłumy entuzjastów kobiecej urody, wśród których znaleźli się m.in. Władze i Pracownicy AWF-ów, Burmistrz Dzielnicy Bielany. Organizatorzy gali zadbali o wyjątkową atmosferę oraz profesjonalne przygotowanie uroczystości, zapewniając rozrywkę na najwyższym poziomie.

Kandydatki do tytułu Miss Polski AWF – laureatki uczelnianych wyborów Miss AWF z poszczególnych miast (Gdańsk, Poznań, Wrocław, Katowice, Warszawa, Biała Podlaska) – pojawiły się w Warszawie na tydzień przed galą. W tym czasie intensywnie przygotowywały się do występu, biorąc udział m.in. w sesjach zdjęciowych, zajęciach z Krav Magi, przyimiarkach i próbach. Dbając o dobry nastrój kandydatek, organizatorzy zapewnili wieczorne wyjścia do kina, centrum rozrywki oraz relaks w saunie.

Podczas uroczystej Gali kandydatki zaprezentowały się w strojach wieczorowych, strojach sportowych, strojach kąpielowych, strojach dziennych, sukniach ślubnych.

W trakcie Gali dla zebranych gości przygotowany został atrakcyjny program artystyczny. Wystąpili m. in.:

- finaliści programu You Can Dance Eliza Kindziuk i Jakub Piotrowicz (członkowie zespołu Caro Dance),
- członkowie Warszawskiej Szkoły Martial Arts Tricks oraz Next Level Team,
- Warszawski Funk z pokazem tanecznym.

Jury składające się ze studentów w szczególności doceniło urodę trzech kandydatek, przyznając im następujące tytuły:

- Miss Polski AWF kandydatka nr 10 **Agnieszka Szmit** – AWF Wrocław
- I vice Miss Polski AWF kandydatka nr 1 **Olga Chmielewska** – AWF Poznań
- II vice Miss Polski AWF kandydatka nr 16 **Agnieszka Ceglowska** – AWF Gdańsk

Doceniona została również kandydatka naszej Uczelni – **Paulina Hebel**, którą nagrodzono tytułem Miss Sponsorów. Z kolei Justyna Osuch z białskiej AWF została wybrana Miss Foto, a Joanna Matyskiewicz z gdańskiej AWF – Miss Publiczności.

Podczas Gali odbyła się loteria charytatywna, z której dochód został przekazany na spełnienie marzenia Basi, podopiecznej Fundacji Mam Marzenie. Wierzymy, że zebrane środki pozwolą Basi spełnić jej największe marzenie, jakim jest zobaczenia delfinów.

Po raz pierwszy w historii wyborów Miss Polski AWF relację można było oglądać na żywo w internecie.



## Erasmus - relacje studentów

"Každy, kto zastanawia się nad programem LLP Erasmus, zadaje sobie pytanie „czy warto jechać?”, jednak powinniście zapytać: „jak bardzo warto?”! A warto bardziej niż jesteście sobie w stanie wyobrazić. Semestr zimowy 2010/2011 spędziłam w Anglii na University College Birmingham. Przystępując do tego programu, niewiele myślałam o tym, czy będzie to dobry pomysł czy nie. Złożyłam dokumenty w Biurze Współpracy z Zagranicą, a później czekałam na wynik rekrutacji. Pewnego dnia w mojej skrzynce mailowej pojawiła się wiadomość z informacją, iż proces rekrutacji przebiegł pomyślnie i dostałam się na wyjazd do Birmingham... i co teraz? Zastanawiałam się kilka dni - teraz taką decyzję podjęłabym w 2 sekundy!

Program Erasmus stwarza niesamowitą okazję studiowania na zagranicznej uczelni oraz poznanie kraju. Udało mi się zwiedzić za niewielkie pieniądze Anglię, Walię, Szkocję i Irlandię. Kolejnym atutem programu jest pogłębienie znajomości języka obcego oraz szansa na poznanie wielu ciekawych ludzi. To także doskonała lekcja samodzielności.

Wrażenie, jakie zrobił na mnie uniwersytet było naprawdę duże. Nowoczesne wnętrza, super wyposażone sale i wspaniali wykładowcy otwarci na studentów i służący pomocą w każdej chwili. Sposób prowadzenia przez nich zajęć warty jest polecenia. Uniwersytet daje również możliwość uczęszczania na dodatkowe kursy, których celem jest przygotowanie studentów do zaliczenia przedmiotów. Akademik - Maltings również zrobił na mnie dobre wrażenie. Pokój nie był duży, ale bardzo ładny, z nowymi meblami i własną łazienką :) Myślę, że standardem odbiega od naszych polskich, czasami wieloosobowych pokoiów w akademikach. Mieliśmy tylko wspólną kuchnię dla siedmiu osób, jednak to absolutnie nie był problem. Nie ma przecież nic przyjemniejszego niż gotowanie z Hiszpanami czy Francuzami :)

"Dzięki programowi Erasmus udało mi się wyjechać na studia do Estonii, do niewielkiego miasteczka Tartu. Tartu jest położone 4 godziny drogi od Rygi i 2,5 godziny jazdy autobusem z Talina. Zaskakującym jest fakt, iż większość studentów mających szansę wyjazdu do krajów bałtyckich nie podejmuje takiej możliwości. Nauczanie w Estonii stoi na wysokim poziomie a poziom życia odpowiada zachodnim standardom. Tartu, pomimo iż jest małe, oferuje wiele możliwości spędzania wolnego czasu - sport, rekreacja, nocne życie, puby i bary. Ludzie są przyjaźnie do siebie nastawieni i podejmują działania pozwalające na urozmaicenie życia studentom. Polecam wyjazd do Tartu w szczególności tym, którzy chcą podnieść swoje kwalifikacje językowe. Uniwersytet oferuje naukę hiszpańskiego, rosyjskiego, angielskiego, włoskiego, niemieckiego, chińskiego, francuskiego, łotewskiego i estońskiego na wielu poziomach.

Prężnie działająca organizacja ESN (Estonian Student Network) oferuje dodatkowo wiele ciekawych imprez kulturalnych, zajęć sportowych i wycieczek, w tym do Sankt

Jeżeli chodzi o język - początki były trudne. Na wykładach musiałam dawać z siebie 200%, żeby zrozumieć temat, zapisać i podjąć dyskusję. Było ciężko! Po całym dniu zajęć miałam tylko siłę na rozmowę z mamą :) Jednak po krótkim czasie czytanie akademickich książek ze specjalistycznym językiem oraz udzielanie odpowiedzi na właściwym poziomie stało się codziennością, a kontakt z rodzicami ograniczał się tylko do SMSa: „wszystko ok”. Zamiast spędzać czas na Skypie spotykałam się z moimi międzynarodowymi przyjaciółmi. Wspólnie spędzaliśmy każdą wolną chwilę. Przyjaźnie zawarte podczas takiego wyjazdu są niezwykle trwałe. Každy z nas był daleko od domu, poniekąd zastępowaliśmy sobie rodzinę: wspólne spacerowanie, niedzielne obiady, oglądanie TV, zakupy. Każdemu polecam udział w Programie LLP ERASMUS. To niesamowita przygoda, dająca możliwość doskonalenia języka obcego oraz poznania licznych kultur. Znajomości zawarte podczas studiów z pewnością dają wiele możliwości - już teraz planuję wakacje u znajomych w Chinach, później we Francji i Czechach..."

(nadeszła Ania Jakubowska, kierunek TiR)



Petersburga, Helsinek, Sztokholmu i Moskwy. Nie można także powiedzieć złego słowa o akademiku, który jest bardzo nowoczesny i przytulnie urządzone. I co najważniejsze codziennie można poznać nowych ludzi, z którymi zawiązują się przyjaźnie niekiedy trwające długie lata. To niesamowita możliwość poznania kultury i obyczajów ludzi z całego świata. Gorąco namawiam do przyjazdu do tego niewielkiego, ale bardzo pięknego nadbałtyckiego państwa."

(nadeszła Dominika Majcherczyk, kierunek TiR)



## Z kart historii...



Kolejnym krokiem po złożeniu podpisów na akcie erekcyjnym było odsłonięcie tablicy pamiątkowej wmurowanej przy głównym wejściu do Uczelni. Napis na tablicy brzmi: „W 10-tą rocznicę Niepodległości za Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej prof. Ignacego Mościckiego, Prezesa Rady Ministrów prof. Kazimierza Bartła, stanęły mury Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego, powołanego do życia wolą i decyzją Pierwszego Marszałka Polski Józefa Piłsudskiego, aby niezmożony był duch i siła fizyczna Narodu.” (Replikę tej tablicy umieszczono ponownie na gmachu Uczelni 29 września 1989 r. podczas obchodów 60-lecia AWF). Po tej doniosłej uroczystości zaproszeni goście zwiedzali budowę Instytutu, podziwiając zarówno koncepcję i projekt architektoniczny prof. E. Norwertha, jak i organizację oraz tempo prowadzonych prac pod kierunkiem inż. M. Dudryka.

Wiosną i latem 1929 r. prace wykończeniowe tego jedyne u nas – jak pisano – w swoim rodzaju przedsięwzięcia – prowadzone na Bielanych w wyjątkowo szybkim tempie wzbudzały coraz większe zainteresowanie nie tylko w środowisku sportowym. W prasie warszawskiej i sportowej ukazywały się zapowiedzi rychłego

otwarcia CIWF.

5 listopada w niewykończonych jeszcze budynkach rozpoczęły się zajęcia dla kursu oficerskiego, który trwał do 30 lipca 1930 r. Ukończyło go 43 oficerów. 13 listopada 1929 r. w gabinecie Marszałka Józefa Piłsudskiego w czasie konferencji, w której uczestniczyli m.in.: gen. Stanisław Rouppert – szef Departamentu Zdrowia Ministerstwa Spraw Wojskowych, gen. Felicjan Sławoj-Składkowski – Minister Spraw Wewnętrznych, płk Julisz Ulrych – dyr. PUWFIPW oraz Minister Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego – Sławomir Czerwiński, dyskutowano nad statutem CIWF. 18 listopada rozpoczął dwuletnie studia rocznik cywilny męski z udziałem 56 słuchaczy, a 22 listopada rocznik żeński z udziałem 63 studentek, a 29 listopada – był to piątek – odbyła się uroczysta inauguracja w sali gimnastycznej internatu żeńskiego. W ten sposób w kilku terminach listopada 1929 r. studentki i studenci rozpoczęli studia w Bielańskiej Uczelni, co zostało uznane za jedno z najważniejszych wydarzeń w dziejach kultury fizycznej Polski Odrodzonej. (i tu chyba można skończyć ale na wszelki wypadek jeszcze dopiszę) 9 grudnia 1929 r. ukazało się Zarządzenie Ministra Spraw Wojskowych

i Ministra Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego w porozumieniu z Ministrem Spraw Wewnętrznych obowiązujące od 1 stycznia 1930 r. w sprawie połączenia Państwowego Instytutu Wychowania Fizycznego w Warszawie i Centralnej Szkoły Wojskowej Gimnastyki i Sportów w Poznaniu w jeden zakład naukowy pod nazwą Centralny Instytut Wychowania Fizycznego w Warszawie na Bielanych. Pierwszym dyrektorem CIWF został płk dr Władysław Osmolski.

Zarządzenie to było formalnym aktem powołania CIWF, faktycznie działającego przecież już od paru miesięcy na Bielanych, a załączony do niego statut określał zadania nowej uczelni oraz ogólnie jej strukturę organizacyjną i zasady funkcjonowania. CIWF miał kształcić instruktorów i kierowników wychowania fizycznego dla szkół, wojska, instytucji społecznych, samorządowych i państwowych, doskonalić dydaktykę i metodykę wychowania fizycznego, prowadzić studia badawcze.

(Tekst z Księgi pamiątkowej 1929/1930 - 2009/2010 przygotowany przez doc. dr Kajetana Hądzelka)

# Zapraszamy

## JUWENALIA AWF „PELE-MELE” – 12 maja – dzień rektorski



Impreza rozpoczynie się o godz. 11:00. W programie m.in. liczne konkursy studenckie oraz atrakcje sportowe:

### Silacze

zawody dla prawdziwych strongmanów!

Zapisy w dniu imprezy

Start: ok. 11:00

### Warsztaty Frisbee

Wszyscy zainteresowani będą mogli poznać tajniki coraz bardziej popularnego sportu jakim jest frisbee. Na koniec

zorganizowany zostanie mecz z udziałem profesjonalnych zawodników i uczestników warsztatów.

Start: 12:00

Wstęp wolny!

### Turniej Futsalu

Skład - 5 osób + 2 rezerwowe (drużyny mogą być mieszane)

Miejsce - hala gier AWF Warszawa.

Zapisy - futsal.pelemele@gmail.com - nazwa drużyny, imię i nazwisko oraz nr telefonu kapitana, imiona i nazwiska wszystkich zawodników

Start - godzina 9:00.

Zapisy do 10.05

Wpisowe: 5zł od osoby

### Turniej Piłki Wodnej

**DLA NAJLEPSZYCH W KAŻDYM EVENCIE ATRAKCYJNE NAGRODY!!!**

O godz. 15:00 część koncertowa przybliżająca m.in. kulturę reggae.

## XII Bielański Rajd Rowerowy do Puszczy



Start w sobotę 14 maja spod Pomnika Marszałka Józefa Piłsudskiego na terenie AWF Warszawa. Bielański Rajd to impreza z tradycjami. Organizowana nieprzerwanie od dwunastu lat, ma już swoje stałe miejsce w kalendarzu imprez rekreacyjnych, a z każdym rokiem uczestniczy w niej coraz więcej mieszkańców dzielnicy i miasta.

Impreza ma charakter rodzinny. Należy jednak pamiętać, iż dzieci i młodzież poniżej 16-tego roku życia mogą uczestniczyć w rajdzie pod opieką rodziców lub opiekunów. Czas trwania rajdu i dobór tras został tak zaplanowany, aby w godz. 14.00 – 16.00 wszyscy mogli się spotkać na mecie tj. Polanie Jakubów, gdzie na uczestników czekać będzie ognisko i pieczenie kiełbasek oraz losowane upominków.

## Wiosenne akcje krwiodawstwa



W imieniu Koła Naukowego „NUCLEUS” funkcjonującego przy Zakładzie Anatomii serdecznie zapraszam wszystkich do wzięcia udziału w wiosennej akcji krwiodawstwa. Odbędzie się ona tradycyjnie w AWF Warszawa pod hasłem „Krew dla chorych na nowotwór”. Akcja odbędzie się na terenie naszej Uczelni w dniu 31.05.2011 r. w godzinach: 9.00 – 14.00. Na teren AWF tradycyjnie wjedzie am-

bulans Regionalnego Centrum Krwiodawstwa. Pierwsza akcja z 31.03.2011 r. była odpowiedzią na apel naszego studenta Michała Chmiela (II rok WF), który zwrócił się z prośbą do koła a tym samym do całej „Braci AWF-owskiej” o oddanie krwi na rzecz jego kuzyna – WOJCIECHA OLKUŚNIKA (14 LAT) CHOREGO NA RAKA SZPIKU KOSTNEGO. Wojtek przebywa obecnie w Szpitalu Dziecięcym w Klinice Pediatrii i Onkologii na ul. Litewskiej w Warszawie.

Organizacją zbiórki krwi zajmie się Koło Naukowe Zakładu Anatomii - „NUCLEUS”.

(nadesłał dr Marcin Popieluch)

## Seminaria naukowe Katedry Antropologii i Biologii

**31.05.2011 r.** - Rekreacyjno-zdrowotne korzyści wynikające z uprawiania narciarstwa zjazdowego przez młodzież gimnazjalną i studentów o różnym poziomie umiejętności narciarskich; BW I.36; dr Beata Wojtyczek, Zakład Promocji Zdrowia - wtorek, godz. 11.00, sala seminaryjna Zakładu Antropologii.

w żywieniu sportowców; Dr Danuta Niedźwiecka-Kącik, Zakład Promocji Zdrowia; Zakończony BW I. 18 - Ocena konsumpcji płynów i udziału w niej wybranych napojów funkcjonalnych u zawodników gier zespołowych. - wtorek, godz. 11.00, sala seminaryjna Zakładu Antropologii

**28.06.2011 r.** - Napoje izotoniczne i energetyzujące

(nadesłała Elżbieta Kęsicka)

## Wolontariat UEFA EURO 2012



18 maja o godzinie 13:15 w sali wykładowej "E" odbędzie się spotkanie promujące oficjalny program wolontariatu UEFA EURO 2012TM.

UEFA szuka ponad 5 tysięcy osób, które dołączą do programu wolontariatu UEFA EURO 2012. Wybrane osoby będą miały okazję pracować w 21 punktach operacyjnych.

Więcej informacji można znaleźć na stronach internetowych:

<http://pl.uefa.com/uefaeuro2012/volunteers/>

[http://pl.uefa.com/MultimediaFiles/Download/EuroExperience/competitions/OrganisationLOC/01/54/78/95/1547895\\_DOWNLOAD.pdf](http://pl.uefa.com/MultimediaFiles/Download/EuroExperience/competitions/OrganisationLOC/01/54/78/95/1547895_DOWNLOAD.pdf)

---

Informacje, uwagi i sugestie prosimy przesyłać na adres: [biuletyn@awf.edu.pl](mailto:biuletyn@awf.edu.pl)

**Zespół Redakcyjny tworzą:**

Ewa Łupińska-Anisimowicz

Sylwia Urban

Katarzyna Wawrzeńczyk