

Harmonogram studiów

Kierunek: **Wychowanie Fizyczne**

Poziom kształcenia: **II stopnia**

Profil kształcenia: **ogólnoakademicki**

Forma studiów: **stacjonarne**

Realizacja od roku akademickiego: **2023/2024**

L.p.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć											I ROK					II ROK					Punkty ECTS powiązane z działalnością naukową			
											1 semestr				2 semestr				3 semestr			4 semestr						
				Razem	Wykład	Ćwiczenia	Zajęcia warsztatowe	Laboratoria	Lektoraty j. obcych	Seminarium	Zajęcia terenowe	Wykład	Ćw./Konw./ Lab.	Lektoraty j. obcych	ECTS	Wykład	Ćw./Konw./ Lab.	Lektoraty j. obcych	ECTS	Wykład	Ćw./Konw./ Lab.	ECTS	Wykład	Ćw./Konw./ Lab.		ECTS		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25				
Grupa przedmiotów podstawowych																												
1	N	Fizjologia wysiłku fizycznego	E1	35	15	20						15	20		3												3	
2		Medycyna w wychowaniu fizycznym i sporcie	E1	35	15	20						15	20		3												3	
3	N	Promocja zdrowia w kulturze fizycznej	ZO	35	15	20										15	20		3								3	
4		Psychologia sportu	E1	35	15	20						15	20		3												3	
5	N	Socjologia kultury fizycznej	E4	35	15	20																	15	20	3		3	
6		Filozoficzne aspekty kultury fizycznej	ZO	25	10	15													10	15	2							
7		Metodologia badań	E1	40	20	20						20	20		4												4	
8	N	Narzędzia informatyczne w naukach o kulturze fizycznej	ZO	30					30								30		2								2	
9		Metody statystyczne w naukach o kulturze fizycznej	ZO	30					30				30		2												2	
10		Nowoczesne technologie w procesie badawczym	ZO	20					20											20	2						2	
11		Ekologia	E3	35	15	20													15	20	3							
12	N	Ochrona własności intelektualnej	ZO	15		15																		15		1		
13	DW	Język obcy	ZO	60						60					30	2			30	2								
14	DW	Przedmiot ogólnouczelniany *	Z	30	30																		30		2			
Grupa przedmiotów kierunkowych																												
15	N, P2	Zaawansowana metodyka wychowania fizycznego **	E2	45	10				35			4	15		2	6	20		3									
16	N, P2	Zaawansowana teoria i metodyka sportów indywidualnych (pływanie, lekkoatletyka, gimnastyka)	ZO	90		30		60					30		2		30		2		30	2						
17	N, P2	Zaawansowana teoria i metodyka sportów zespołowych (p. ręczna, p. siatkowa, koszykówka, p. nożna)	ZO	120		120							30		2		30		2		30	2		30	2			
18	N	Teoria treningu sportowego	E2	45	15	30										15	30		3								3	
19	N	Teoria i metodyka animacji form taneczno-ruchowych	ZO	20				20												20	2							
20		Masaż specjalistyczny z elementami odnowy biologicznej	ZO	15				15									15		1									
21	N	Wychowanie fizyczne specjalne	E4	35	15	20																	15	20	3			
22		Sport osób z niepełnosprawnościami	ZO	35	15	20						15	20		2													
Grupa przedmiotów kierunkowych do wyboru																												
23	DW	Seminarium magisterskie	Z	120					120				30		3		30		3		30	3		30	6		15	
24	N,DW	Aktywne formy turystyki szkolnej ***	ZO	30					30								30		2									
25	N,DW	Sporty walki (karate, boks, szermierka)	ZO	90				90					30		2		30		2		30	2					6	
26	DW	Moduł do wyboru****		275															5			10			10	25		
Razem:				1380	205	390	0	300	60	120	30	84	265	30	30	36	265	30	30	25	195	28	60	115	27	74		
Praktyka zawodowa																												
27	N	Praktyka zawodowa w szkole ponadpodstawowej	ZO	120																	120	5						
Ogółem:				1500	205	390	0	300	60	120	30	84	265	30	30	36	265	30	30	25	315	33	60	115	27	74		

Kod przedmiotu:

N - przedmiot przygotowujący do wykonywania zawodu nauczyciela

DW - przedmiot do wyboru

P2 - przedmiot realizowany dla poziomu nauczania szkoły ponadpodstawowej

Łączna liczba punktów ECTS uzyskanych:

1. Za zajęcia z dziedziny nauk humanistycznych lub nauk społecznych - 8 pkt ECTS

2. W ramach zajęć związanych z prowadzonymi badaniami naukowymi 74 pkt ECTS

* Student wybiera jeden wykład spośród przedmiotów zaproponowanych przez uczelnie

** W sem. 1 i 2 ćwiczenia realizowane w formie zajęć hospitacyjnych

*** Student w ramach przedmiotu ma do wyboru następujące formy zajęć: turystykę pieszą wysokogórską, turystykę rowerową, turystykę kajakową, żeglarsstwo, aktywne formy turystyki zimowej (w tym: skitouring, narciarstwo biegowe, narciarstwo zjazdowe) z elementami metodyki prowadzenia zajęć w ramach pracy nauczyciela wychowania fizycznego

**** Student w ramach studiów wybiera moduł: a.) trener zdrowia; b.) trener personalny; c.) trener przygotowania motorycznego; d.) instruktor sportu.

Szczegółowy harmonogram modułów znajduje się w osobnym arkuszu

Praktyka zawodowa:

120 godzin - praktyka zawodowa w szkole ponadpodstawowej (realizowana z zaliczeniem do III semestru)

Student zobowiązany jest do odbycia szkolenia BHP oraz szkolenia bibliotecznego na zasadach określonych w Uczelni.

Ustalono na posiedzeniu Rady Dydaktycznej w dniu: 14.12.2023 r. Dziekan Kolegium: prof.dr hab.n. o zdr. Edyta Barnaś	Stwierdza się zgodność z programem studiów: ...Monika Zima (podpis pracownika dziekanatu stwierdzającego zgodność)
--	--

Harmonogram studiów

Kierunek: **Wychowanie Fizyczne**
 Poziom kształcenia: **II stopnia**
 Profil kształcenia: **ogólnoakademicki**
 Forma studiów: **stacjonarne**
 Realizacja od roku akademickiego **2023/2024**

Lp.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć							I ROK			II ROK						
				Razem	Wykład	Ćwiczenia	Zajęcia warsztatowe	Laboratoria	Seminarium	inne	2 semestr			3 semestr			4 semestr			
											Wykład	Ćw./Konw./Lab.	ECTS	Wykład	Ćw./Konw./Lab.	ECTS	Wykład	Ćw./Konw./Lab.	ECTS	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
Moduł I- Trener Zdrowia																				
1		Metodyka edukacji zdrowotnej	E2	25	10	15					10	15	2							
2		Technologia informacyjna i nowe media w edukacji zdrowotnej	ZO	15		15						15	1							
3		Zdrowie psychospołeczne	ZO	35	10	25								10	10	2		15	1	
4		Prozdrowotna edukacja żywieniowa	ZO	25	10	15												10	15	2
5		Profilaktyka chorób cywilizacyjnych	ZO	25	10	15												10	15	2
6		Metodyka treningu zdrowotnego	E3	40	10	30					20	2		10	10	3				
7		Aktywność fizyczna w profilaktyce gerontologicznej	E4	35	10	25								10	10	2		15	2	
8		Aktywizacja ruchowa dzieci w dobie nowych technologii	ZO	20	5	15												5	15	2
9		Pracownia kierunkowa	E4	25				25								15	1		10	1
10		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30									30	2			
Razem:				275	65	155	30	25			10	50	5	30	75	10	25	85	10	
Moduł II- Trener personalny																				
1		Teoria i praktyka treningu osobistego	E4	90	20	70					10	20	3	10	20	3		30	4	
2		Aksesoria w treningu osobistym	ZO	30		30									10	1		20	2	
3		Trening ukierunkowany	ZO	20		20												20	2	
4		Testy funkcjonalne w treningu osobistym	ZO	15		15					15	1								
5		Psychologia pracy z klientem	E3	30	10	20								10	20	3				
6		Dietetyka i suplementacja okołotreningowa	ZO	20	5	15												5	15	1
7		Biznes i prawo w pracy trenera personalnego	ZO	15	15						15	1								
8		Pracownia kierunkowa*	E4	25				25								15	1		10	1
9		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30									30	2			
Razem:				275	50	170	30	25			25	35	5	20	95	10	5	95	10	
Moduł III- Trener przygotowania motorycznego																				
1		Komputerowe wspomaganie treningu sportowego	ZO	25		25													25	2
2		Diagnozowanie i kształtowanie systemów energetycznych	ZO	10		10					10	1								
3		Diagnozowanie zdolności motorycznych	ZO	15		15					15	1								
4		Charakterystyka i struktura rozgrzewki	ZO	15		15					15	1								
5		Odbudowa zdolności motorycznych po urazach	ZO	25	5	20												5	20	2
6		Trening funkcjonalny i ocena funkcjonalna zawodnika	E3	35	5	30					5	15	2		15	2				
7		Specyfika przygotowania motorycznego w sporcie wyczynowym	E4	75	15	60								10	30	5	5	30	4	
8		Dietetyka i suplementacja w sporcie	ZO	20	5	15												5	15	1
9		Pracownia kierunkowa	E4	25				25								15	1		10	1
10		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30									30	2			
Razem:				275	30	190	30	25			5	55	5	10	90	10	15	100	10	
Moduł IV- Instruktor Sportu																				
1		Teoria i praktyka dyscypliny sportowej	E4	120	30	90					10	30	4	10	30	4	10	30	4	
2		Wspomaganie procesu treningowego	ZO	20	5	15												5	15	2
3		Monitorowanie i kontrola treningu	ZO	20	5	15								5	15	2				
4		Marketing i strategia zarządzania bazy sportowo-rekreacyjnej	ZO	15	5	10					5	10	1							
5		Psychologiczne aspekty pracy instruktora	E4	25	5	20												5	20	3
6		Komunikacja interpersonalna w sporcie adoptowanym	ZO	20	5	15								5	15	1				
7		Pracownia kierunkowa	E4	25				25								15	1		10	1
8		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30									30	2			
Razem:				275	55	165	30	25			15	40	5	20	105	10	20	75	10	