



2 WF Lic.

Rozkład zajęć w semestrze LETNIM Rok ak. 2023/2024

Aktualizacja z dnia: 21.05.2024
Opiekun roku: dr Małgorzata Janusz

| Dzień Godzina | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK |
|------------------|---|--|---|--|---|
| 7:00 - 8:30 | | | | | |
| 8:45 - 10:15 | TFF - IS FIT (w) fig. 11-13 dr J. Głuska - Wład Cicha s. 109 | godz. 8.30 - 10.00 TPD5 - IS PL (cw) dr K. Czupryna Pływalnia ROSR | Antropomorfika (wykład) fig. 1-7 dr J. Lenik Cicha Aula | ACW gr 4 fig. 1/3 gr 3 fig. 2/4 dr K. Stąpora Zel. Hala sportowa | godz. 8.30-10.00 SEMINARIUM DYPLOMOWE dr hab. prof. UoR F. Koj Cicha s. 34 |
| 10:30 - 12:00 | FZS - IS FIT (cw) fig. 1-5 dr A. Rzeszuto Betkowska Cicha s. 104 | FZS - IS FN (cw) fig. 4-10 dr A. Rzeszuto Betkowska Cicha s. 104 | godz. 9.00 - 12.00 Antropomorfika fig. 1-7 dr J. Lenik Cicha Aula | ACW gr 2 fig. 1/3 gr 1 fig. 3/4 dr K. Stąpora Zel. Hala sportowa | Praktyka wychowawczo-wzrostowa fig. 1-7 Szczegółowy harmonogram i podział praktyk ustalił prowadzący |
| 12:15 - 13:45 | TFF - IS FIT (cw) dr J. Głuska - Wład Cicha s. 111 | FZS - IS BOKS (cw) fig. 1-5 dr A. Rzeszuto Betkowska Cicha s. 104 | godz. 12.25-13.15 TPD5 - IS FN (cw) mgr W. Podolski Zaleś (placówk) | Antropomorfika gr 1 fig. 1/3 gr 2 fig. 3/4 dr J. Lenik DP s. 129 | godz. 12.30-13.00 Język angielski gr 2 mgr B. Rydzak Kasp. sala gim. |
| 14:00 - 15:30 | godz. 14.15 - 15.45 TPD5 - IS BOKS (cw) mgr K. Rostalski STAL RZESZÓW (ring) | godz. 14.15 - 15.45 TPD5 - IS FN (cw) mgr W. Podolski Zaleś (placówk) | LA z meł. gr 1 fig. 1/3 gr 2 fig. 2/4 dr M. Dziadziła UCLA | Antropomorfika gr 1 fig. 1/3 gr 2 fig. 3/4 dr J. Lenik DP s. 129 | godz. 14.15 - 15.45 Język angielski gr 1 mgr B. Rydzak Kasp. sala gim. |
| 15:45 - 17:15 | TPD5 - IS BOKS (w) fig. 11-15 dr M. Rzeszuto Cicha s. 109 | Podstawy żywienia i suplementacji (wykład) fig. 1 - 3 dr A. Rzeszuto-Betkowska Cicha Aula | LA z meł. gr 2 fig. 1/3 gr 3 fig. 2/4 dr M. Dziadziła UCLA | Antropomorfika gr 1 fig. 1/3 gr 2 fig. 3/4 dr J. Lenik DP s. 129 | godz. 16.00 - 19.30 Przedmiot ogólnouczelniany (wykład on-line) |
| 17:30 - 19:00 | Język angielski gr 2 mgr B. Rydzak Cicha s. 104 | | LA z meł. gr 3 fig. 1/3 gr 4 fig. 2/4 dr E. Wójc Cicha s. 110 | Antropomorfika gr 1 fig. 1/3 gr 2 fig. 3/4 dr J. Lenik DP s. 129 | |
| 19:15 - 20:45 | | | LA z meł. gr 1 fig. 1/3 gr 2 fig. 2/4 dr M. Dziadziła UCLA | Antropomorfika gr 1 fig. 1/3 gr 2 fig. 3/4 dr J. Lenik DP s. 129 | |

PRZEDMIOTY:
LA z meł. - Lekkoatletyka z metodyką
RITM - Rytmika i taniec z metodyką
PR z meł. - Pilka ręczna z metodyką
ACW - Animacja czasu wolnego
PD - Podstawy dydaktyki
DWC - Diagnostyka wad podstawy ciała
TFF - Teoria i praktyka fitness

MGK - Metodyka gimnastyki korekcyjnej
FZFDK - Podstawy zdrowia psychospołecznego dzieci
GZGWK - Gry i zabawy w gimnastyce korekcyjnej
FZS - Podstawy żywienia i suplementacji
TPD5 - Teoria i praktyka dwuczynów sportowej

Kolor SZARY zajęcia dla modułu Instruktor sportu - boks
Kolor KRAJ zajęcia dla modułu Instruktor wychowania fizycznego w sl. mundurowych
Kolor NIEBIESI zajęcia dla modułu Instruktor sportu - pływanie
Kolor RÓŻOWY zajęcia dla modułu Instruktor fitness
Kolor ŻÓŁTY zajęcia dla modułu Instruktor sportu - piłka nożna
Kolor ZIELONY zajęcia dla modułu Instruktor gimnastyki korekcyjnej

MIEJSCA ZAŁĘŻ:
Cicha - budynek E4, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Cicha 2A
Kasp. - budynek B2, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Kasprzowicza 3
DP - budynek D9, Kolegium Nauk Przyrodniczych UR, ul. Żelazowicza 4 (Zalesie)
UCLA - budynek A4, Uniwersyteckie Centrum Lekkoatletyczne, ul. Cicha 2B
D12 - budynek D12, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Żelazowicza (hala sportowa)
Stal Rzeszów (ring) - ZKS Stal Rzeszów ul. Helmińska 69

1/3, 2/4 - zajęcia naprzemiennie w tygodniach nieparzystych lub parzystych
fig. 1-7 - zajęcia realizowane są od 1 do 8 tygodnia semestru / w 8 tygodniu zajęcia trwają 45 min. i kończą się wcześniej/
fig. 8-15 - zajęcia realizowane są od 8 do 15 tygodnia semestru / 8 tygodni zajęcia rozpoczynają się 45 min. później i trwają 45 min
fig. 1-10 - zajęcia realizowane są od 1 do 10 tygodnia semestru
fig. 11-15 - zajęcia realizowane są od 11 do 15 tygodnia semestru