

Harmonogram studiów

Kierunek: Wychowanie Fizyczne

Poziom kształcenia: I stopnia

Profil kształcenia: ogólnoakademicki

Forma studiów: stacjonarna

Realizacja od roku akademickiego: 2024/2025

Lp.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zajęć										I ROK				II ROK				Punkty ECTS powiązane z działalnością naukową															
			Forma zajęć										1 semestr		2 semestr		3 semestr		4 semestr			5 semestr		6 semestr												
			Bazm	Wykład	Ćwiczenia	Zajęcia warsztatowe	Laboratoria	Laborator. i obcych	Seminarium	Zajęcia terenowe	Wykład	Cw./Przebieg/Lab.	Lekcyjne i obcych	ECTS	Wykład	Cw./Przebieg/Lab.	Lekcyjne i obcych	ECTS	Wykład	Cw./Przebieg/Lab.		Lekcyjne i obcych	ECTS	Wykład	Cw./Przebieg/Lab.	Lekcyjne i obcych	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	26	27	28	29	30	31	32	33				
Grupa przedmiotów ogólnych przygotowujących do zawodu nauczyciela																																				
1	N	Podagogika*	15	30	30	30																													4	
2	N	Psychologia*	15	30	30	30																													4	
3	N	Podstawy dydaktyki	15	30	15	15																														
4	N	Skryba głosu	20	30		30																														
Grupa przedmiotów podstawowych																																				
5	N	Anatomia	32	60	30	30																														
6	N	Podstawy biologii i biochemii	32	55	20	35																														
7	N	Antropologia	35	30	10	20																														
8	N	Pedagogia	33	40	10	30																														
9	N	Antropomotoryka	34	30	15	15																														
10	N	Biomechanika	36	30	10	20																														
11	N	Teoria wychowania fizycznego	34	30	10	20																														
12	N	BHP i Ergonomia	2	5	5																															
13	N	Technologie informacyjne	2	20			30																													
14	N	Podstawy metodologii badań i elementarni statystyki	20	30			30																													
15	N	Bezpieczeństwo własności intelektualnej	20	10		10																														
16	N	Edukacja zdrowotna	33	45	15	30																														
17	N	Historia kultury fizycznej i olimpiizmu	36	45	15	30																														
18	N	Organizacja i prawo w oświacie	20	15		15																														
19	N	Pierwsza pomoc przedmedyczna	20	15		15																														
20	N	Kultura akademicka	20	5		5																														
21	N	Źyłka	30	30	15	15																														
22	DW	Język obcy	34	120																																
23	DW	Przedmiot ogólnouniwersytecki**	2	30	30			120																												
Grupa przedmiotów kierunkowych																																				
24	KLPI	Metodyka wychowania fizycznego ***	34	120	30	60		30				15	30		15	30		3	15	30		3	15	30		3	15	30		3	15	30		3	15	30
25	N	Teoria i metodyka sportu dzieci i młodzieży	35	45	15	30																														
26	N	Diagnostowanie sprawności fizycznej dzieci i młodzieży - Diagnostowanie aktywności i sprawności fizycznej	39	30		30																														
27	N	Podstawy rekreacji i elementarni treningu zdrowotnego	30	50	10	20																														
28	N	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	33	30	15	15																														
29	Z	Wymiar i taniec i metodyka	20	30		30		30																												
30	N	Zabawy i gry ruchowe z metodyką	20	30		30																														
31	N	Animacja czasu wolnego	20	30		30																														
32	N	Masaż	20	30		30																														
33	N	Podstawy prawne w kulturze fizycznej	20	20	5	15																														
Sporty indywidualne																																				
34	KLPI	Gimnastyka i metodyka	20	30		30		30																												
35	KLPI	Lekkoatletyka i metodyka	20	30		30		30																												
36	KLPI	Współczesne formy fitnessu	20	20		20		20																												
37	KLPI	Pływanie i metodyka	20	35		35		35																												
Sporty zespołowe																																				
38	KLPI	Koszykówka i metodyka	20	40		40		40																												
39	KLPI	Piłka nożna i metodyka	20	40		40		40																												
40	KLPI	Piłka ręczna i metodyka	20	40		40		40																												
41	KLPI	Piłka siatkowa i metodyka	20	40		40		40																												
Grupa przedmiotów kierunkowych do wyboru																																				
42	DW	Obóz letni (do wyboru: zeglarsstwo, windsurfing)	20	64				64																												
43	N,DW	Sporty zespołowe (do wyboru): korbalk, unihokej, futsal, rugby	20	30		30																														
44	N,DW	Dyscypliny rekreacyjne (do wyboru): ringo, fitball, boole, nordic walking, badminton, tenis stołowy	20	30		30																														
45	N,DW	Zimowe formy aktywności ruchowej (do wyboru): narciarstwo, snowboard	20	74				74																												
46	DW	Seminarium dyplomowe	2	90				90																												
47	DW	Obóz do wyboru ****	2	232				232																												
Razem:			2100	340	875	90	285	120	90	138	95	260	30	20	50	284	30	31	45	267	30	27	70	235	30	35	40	352	53	40	180	27	92			
Praktyka zawodowa																																				
48	N	Praktyka zawodowa wychowawczo-wdrożeniowa w szkole	ZO	30																																
49	N	Praktyka zawodowa w szkole podstawowej	ZO	120																																
Razem:			2250	340	875	90	285	120	90	138	95	260																								

Kierunek: W...
Poziom kształcenia: I stopnia
Profil kształcenia: Ogólnoakademicki
Forma studiów: stacjonarne
Realizacja od roku akademickiego 2024/2025

Lp.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć							II ROK						III ROK					
				Razem	Wykład	Ćwiczenia	Zajęcia warsztatowe	Laboratoria	Seminarium	Zajęcia terenowe	3 semestr			4 semestr			5 semestr			6 semestr		
											Wykład	Ćw./Konw./Lab.	ECTS	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	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Moduł I - Instruktor sportu (232 godz.)																						
1		Teoria i praktyka dyscypliny sportowej	E6	110	20	90							10	30	2	5	30	2	5	30	2	
2		Podstawy żywienia i suplementacji	ZO	15	5	10							5	10	2							
3		Odnowa biologiczna i masaż w sporcie	ZO	15	5	10													5	10	1	
4		Zarządzanie instytucjami sportowymi i rekreacyjnymi	ZO	15		15							15	2								
5		Profilaktyka urazów w sporcie	ZO	15	5	10							5	10	2							
6		Pracownia kierunkowa	E6	12				12									10	1		2	1	
7		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30										30	1				
Sumarycznie:				232	35	195	30	12	0	0	0	5	25	4	15	40	4	5	70	4	10	42
Moduł II - Instruktor fitness (232 godz.)																						
1		Teoria i praktyka fitness	E6	110	20	90							10	30	2	5	30	2	5	30	2	
2		Podstawy żywienia i suplementacji	ZO	15	5	10							5	10	2							
3		Odnowa biologiczna i masaż w sporcie	ZO	15	5	10													5	10	1	
4		Zarządzanie instytucjami sportowymi i rekreacyjnymi	ZO	15		15							15	2								
5		Profilaktyka urazów w sporcie	ZO	15	5	10							5	10	2							
6		Pracownia kierunkowa	E6	12				12									10	1		2	1	
7		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30										30	1				
Sumarycznie:				232	35	195	30	12	0	0	0	5	25	4	15	40	4	5	70	4	10	42
Moduł III - Instruktor gimnastyki korekcyjnej (232 godz.)																						
1		Rozwój i sprawność psychofizyczna dzieci	E3	25	10	15							10	15	2							
2		Anatomo patologiczna charakterystyka wad postawy ciała	ZO	20	10	10							10	10	2							
3		Postępowanie korekcyjne	E6	45	15	30										10	10	1	5	20	2	
4		Diagnostyka wad postawy ciała	ZO	15	5	10							5	10	1							
5		Metodyka gimnastyki korekcyjnej	ZO	25	5	20							5	10	1		10	1				
6		Techniki relaksacyjne	ZO	15		15														15	1	
7		Podstawy zdrowia psychospołecznego dzieci	ZO	10		10							10	1								
8		Gry i zabawy w gimnastyce korekcyjnej	ZO	15		15							15	1								
9		Pracownia kierunkowa	E6	12				12									10	1		2	1	
10		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30										30	1				
Sumarycznie:				232	45	125	0	12	0	0	0	20	25	4	10	45	4	10	60	4	5	37
Moduł IV - Instruktor wychowania fizycznego w służbach mundurowych (232 godz.)																						
1		Struktura i zadania służb mundurowych w Polsce	E3	10	10								10		1							
2		Teoretyczne i metodyczne podstawy ekstremalnej aktywności fizycznej	E3	15	15								15		1							
3		Medycyna katastrof i pola walki	E5	15	5	10										5	10	1				
4		Psychologia stresu i relaksacje	ZO	10	10								10		1							
5		Testy sprawności fizycznej w służbach mundurowych	ZO	15	5	10													5	10	1	
6		Samobrona	ZO	30		30							15	1		15	1					
7		Strzelectwo praktyczno-obronne	ZO	15		15										15	1					
8		Terenoznawstwo i biegi na orientację	ZO	10						10							10	1				
9		Pływanie użytkowe na wodach otwartych z elementami ratownictwa wodnego	ZO	10						10										10	1	
10		Trekking i techniki wspinaczkowe	ZO	15						15										15	1	
11		Obóz wędrowny survivalowy LSTN	ZO	25						25						25	2					
12		Pracownia kierunkowa	E6	12				12									10	1		2	1	
13		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30										30	1				
Sumarycznie:				232	45	85	30	12	0	60	35	15	4	0	55	4	5	60	4	5	37	
Moduł V - Instruktor tańca (232 godz.)																						
		Teoria tańca i muzyki	ZO	15	15								15		1							
		Współczesna technika tańca	E6	40	4		36									2	10	1		10	1	
		Taniec klasyczny, ludowy, towarzyski	E6	52	2		50									10	1	2	20	1	20	
		Ćwiczenia uzupełniające w szkoleniu tanecznym	ZO	30			30						30	2								
		Połączowe formy taneczne i taneczno-gimnastyczne	ZO	16			16									16	1					
		Taniec w rozpięciu osobliwym człowieka	ZO	17	2		15						2	10	1	9	1					
		Pracownia kierunkowa	E6	12			12										10	1		2	1	
		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30			30										30	1				
Sumarycznie:				232	23	0	30	159	0	0	17	40	4	2	41	4	5	70	2	5	38	

Uniwersytet Rzeszowski
Dziekanat
Kolegium Nauk Medycznych
prof. dr hab. *[Signature]*