

Harmonogram studiów

Kierunek: **Wychowanie Fizyczne**  
Poziom kształcenia: **II stopnia**  
Profil kształcenia: **ogólnokademycki**  
Forma studiów: **stacjonarne**  
Realizacja od roku akademickiego: **2024/2025**

Lp	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć								I ROK						II ROK						Punkty ECTS powiązane z działalnością naukową				
				Razem	Wykład	Ćwiczenia	Zajęcia warsztatowe	Laboratoria	Lektoraty j. obcych	Seminarium	Zajęcia terenowe	Zajęcia hospitacyjne	1 semestr		2 semestr		3 semestr		4 semestr									
													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	26			
<b>Grupa przedmiotów podstawowych</b>																												
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	Z0	35	15	20										15	20		3									3
4		Psychologia sportu	E1	35	15	20							15	20		1												3
5	N	Socjologia kultury fizycznej	E3	35	15	20													15	20	3							3
6		Filozoficzne aspekty kultury fizycznej	Z0	25	10	15																	10	15	2			2
7		Metodologia badań	E1	40	20	20							20	20		3												3
8	N	Narzędzia informatyczne w naukach o kulturze fizycznej	Z0	30				30										30		2								2
9		Metody statystyczne w naukach o kulturze fizycznej	Z0	30				30					30			2												2
10		Nowoczesne technologie w procesie badawczym	Z0	20				20													20	2						2
11		Ekologia	E3	35	15	20													15	20	2							2
12	N	Ochrona własności intelektualnej	Z0	15		15																			15			1
13	DW	Język obcy	Z0	60					60					30	2			30	2									2
14	DW	Przedmiot ogólnouczelniany *	Z	30	30																		30					2
15	N	Organizacja pracy nauczyciela	Z0	15		15																			15			1
16	N	Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej	Z0	10		10													10	1								1
17		Umiejętności akademickie	Z0	15		15																						1
18	N	Teoretyczne aspekty w kultury fizycznej	Z0	10		10							10		1			15		1								1
<b>Grupa przedmiotów kierunkowych</b>																												
19	N, P2	Zeswansowana metodyka wychowania fizycznego**	Z0	45	10						35	5	15		2	5	20		2									
20	N, P2	Zeswansowana teoria i metodyka sportów indywidualnych (pływanie, lekkoatletyka, gimnastyka)	Z0	75		25		50					25		2		25		2		25	2						
21	N, P2	Zeswansowana teoria i metodyka sportów zespołowych (p. ręczna, p. siatkowa, koszykówka, p. nożna)	Z0	100		100							25		2		25		2		25	2		25	2			
22	N	Teoria treningu sportowego	E2	45	15	30										15	30		3									3
23	N	Teoria i metodyka animacji form taneczno-ruchowych	Z0	20				20													20	2						
24		Masaż specjalistyczny z elementami odnowy biologicznej	Z0	15				15									15		1									
25	N	Wychowanie fizyczne specjalne	E4	35	15	20																	15	20	2			
26		Sport osób z niepełnosprawnościami	Z0	35	15	20							15	20		2												
<b>Grupa przedmiotów kierunkowych do wyboru</b>																												
27	DW	Seminarium magisterskie	Z	120					120				30		5		30		3		30	3		30	6			15
28	N, DW	Aktywne formy turystyki szkolnej ***	Z0	30						30							30		2									
29	N, DW	Sporty walki (karate, boks, szermierka)	Z0	75				75					25		2		25		2		25	2						6
30	DW	Moduł do wyboru ****		275															5				10			10		25
<b>Razem:</b>				1380	205	415	0	240	60	120	30	35	85	260	30	30	35	265	30	30	30	195	29	55	120	26		75
<b>Praktyka zawodowa</b>																												
31	N	Praktyka zawodowa w szkole ponadpodstawowej	Z0	120																	120	5						
<b>Ogółem:</b>				1500	205	415	0	240	60	120	30	35	85	260	30	30	35	265	30	30	30	315	34	55	120	26		75

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 75 pkt ECTS

\* Student wybiera jeden wykład spośród przedmiotów zaproponowanych przez uczelnię

\*\* W sem. 1 i 2 ćwiczenia realizowane w formie zajęć hospitacyjnych (praktyka środowiskowa)

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

Stwierdza się zgodność z programem studiów:

2024 - 04 - 11

Ustalono na posiedzeniu Rady Dydaktycznej w dniu: \_\_\_\_\_

(podpis pracownika dziekanatu stwierdzającego zgodność)

Uniwersytet Rzeszowski  
Dziekanat Kolegium Nauk Medycznych

prof. dr hab. n. o. zdr. Edyta Barnas

Profil kształcenia: ogólnokademicki  
Forma studiów: stacjonarne  
Realizacja od roku akademickiego 2024/2025

Harmonogram studiów

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	Cw./Zonow./Lab.	ECTS	Wykład	Cw./Zonow./Lab.	ECTS	Wykład	Cw./Zonow./Lab.	ECTS	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
<b>Moduł I- Trener Zdrowia</b>																				
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		Przedmiotowa 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			
<b>Razem:</b>				275	65	155	30	25			10	50	5	30	75	10	25	85	10	
<b>Moduł II- Trener personalny</b>																				
1		Teoria i praktyka treningu osobistego	E4	90	20	70					10	20	3	10	20	3		30	4	
2		Akcesoria 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			
<b>Razem:</b>				275	50	170	30	25			25	35	5	20	95	10	5	95	10	
<b>Moduł III- Trener przygotowania motorycznego</b>																				
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			
<b>Razem:</b>				275	30	190	30	25			5	55	5	10	90	10	15	100	16	
<b>Moduł IV- Instruktor Sportu</b>																				
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 adaptowanym	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			
<b>Razem:</b>				275	55	165	30	25			15	40	5	20	105	10	20	75	10	

Uniwersytet Rzeszowski  
Dziekanat