

# 2 WF I stopnia

## Rozkład zajęć w semestrze ZIMOWYM Rok ak. 2024/2025

Aktualizacja z dnia: **18.09.2024**  
Opiekun roku: dr Katarzyna Stopyra

Dzień Godzina	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK															
7:00 - 8:30			WF gr B, typ. 1-10 dr J. Cichka-Wiel Cicha 111																	
8:45 - 10:15	ZSIR B PL typ. 1-8 dr A. Rajman Cicha 107	FOWS B PL typ. 8-15 dr A. Rajman Cicha 108	ZSIR B LA typ. 8-15 dr A. Rajman Cicha 107	PowS B LA typ. 2-4 dr A. Rajman Cicha 108	SESMW (W) 1-4 typ. 2-4 dr G. Bętko UCA 180	APCHWPC (W) typ. 1-4 dr G. Bętko Cicha 106	APCHWPC (W) typ. 8-10 dr G. Bętko Cicha 106	Gim. z met. gr A, typ. 1-10 dr A. Sanejski Kas. sala gim.	Pedagogika gr 4 dr I. Maciej-Świąt Cicha 106	WF gr C, typ. 1-10 dr J. Cichka-Wiel Cicha 111	OWSŁ 8.11-9.45 Gim. z met. gr F, typ. 1-10 dr A. Sanejski Kas. sala gim.	PMBS gr A, typ. 1-10 dr M. B. Wojcik Cicha 08	Język angielski gr 2 mgr B. Wojcik Zelw. s. 113	Metodyka wychowania fizycznego (zajęcia hospitacyjne w szkole) godz. 8.00 - 13.15 dr K. Marchal SP 23 ul. Palisadowa 3	Socj. 8.30-10.00 PMBS gr F, typ. 1-10 dr M. B. Wojcik Cicha 08	Gim. z met. gr D, typ. 1-10 dr A. Sanejski Kas. sala gim.	Socj. 8.30-10.00 Gim. z met. gr E, typ. 1-10 dr A. Sanejski Kas. sala gim.	Socj. 8.30-10.00 WF gr D, typ. 1-10 dr J. Cichka-Wiel Cicha 111		
10:30 - 12:00	ZSIR B RT typ. 1-4 dr A. Rajman Cicha 107	PowS B RT typ. 8-15 dr A. Rajman Cicha 108	ZSIR B PN typ. 8-15 dr A. Rajman Cicha 107	PowS B PN typ. 2-4 dr A. Rajman Cicha 108	Samobrona typ. 8-15 prof. dr hab. W. J. Cynorski UCA	RSP2 (W) typ. 1-4 dr A. Sanejski Cicha 109	RSP2 (W) typ. 6-13 dr A. Sanejski Cicha 109	Gim. z met. gr B, typ. 1-10 dr A. Sanejski Kas. sala gim.	Pedagogika gr 1 dr I. Maciej-Świąt Cicha 106	PMBS gr C, typ. 1-10 dr B. Dobosz Cicha 08	WF gr E, typ. 1-10 dr J. Cichka-Wiel Cicha 111	TWF gr 1 dr W. Bolek DF - s. 129	PS z met. gr 2, typ. 1-10 dr J. Pach Zel. hala sportowa	Biomechanika gr 2, typ. 1-10 dr A. Fara typ. 2-10, DF - s. 131	Język angielski gr 4 mgr B. Wojcik Zelw. s. 113	Riologia gr 2 dr K. Matus Cicha 110	Socj. 10.15-11.45 PMBS gr D, typ. 1-10 dr M. B. Wojcik Cicha 08	Język angielski gr 1 mgr B. Wojcik Cicha 107	Gim. z met. gr B, typ. 1-10 dr A. Sanejski Kas. sala gim.	WF gr E, typ. 1-10 dr J. Cichka-Wiel Cicha 111
12:15 - 13:45	Profilaktyka urazów w sporcie (wykład) typ. 1-3 dr K. Cicho Cicha Auto	PSR (W) typ. 11-15 dr A. Rajman UCA s. 29	Teoria wychowania fizycznego (W) typ. 3-10 dr K. Cicho Cicha Auto	BSM gr 8 1/3 gr 4 2/4 dr B. Wojcik-Świąt Kas. sala gim.	EG gr A, typ. 1/3 gr 8, typ. 2/4 mgr B. Wojcik Kas. s. 107	PMBS gr E, typ. 1-10 dr B. Dobosz Cicha 08	TWF gr 2 dr W. Bolek DF - s. 129	PS z met. gr 4, typ. 1-10 dr J. Pach Zel. hala sportowa	Biomechanika typ. 1-10 gr 1 dr A. Fara typ. 2-10, DF - s. 131	Język angielski gr 3 mgr B. Wojcik Zelw. s. 113	Riologia gr 4 dr K. Matus Cicha 110	PMBS gr E, typ. 1-10 dr M. B. Wojcik Cicha 08	Gim. z met. gr D, typ. 1-10 dr A. Sanejski Kas. sala gim.							
14:00 - 15:30	PS z met. gr 1, typ. 1-10 dr J. Pach Zel. hala sportowa	TWF gr 3 dr W. Bolek Cicha s. 110	ACW gr 2, typ. 1/3 gr 4, typ. 2/4 dr J. Ziobro Zelw. hala sportowa	BSM gr 8 1/3 gr 4 2/4 dr B. Wojcik-Świąt Kas. sala gim.	EG gr C, typ. 1/3 gr D, typ. 2/4 mgr B. Wojcik Kas. s. 107	Biomechanik (W) typ. 1-3 dr hab. prof. UR J. Cebulski DF - s. 131	Riologia (W) typ. 8-10 dr K. Marks DF - s. 131	Pedagogika gr 2 dr I. Maciej-Świąt Cicha s. 107	Riologia gr 3 dr K. Matus Cicha 110	Biomechanika gr 4, typ. 1-10 dr A. Fara DF. Pion	Riologia gr 1 dr K. Matus Cicha s. 110									
15:45 - 17:15	PS z met. gr 2, typ. 1-10 dr J. Pach Zel. hala sportowa	TWF gr 4 dr W. Bolek Cicha s. 110	ACW gr 1, typ. 1/3 gr 3, typ. 2/3 dr J. Ziobro Zelw. hala sportowa	BSM gr 1/3 gr 2/4 dr B. Wojcik-Świąt Kas. sala gim.	EG gr E, typ. 1/3 gr F, typ. 2/4 mgr B. Wojcik Kas. s. 107	Pedagogika (W) gr 1 dr J. Ziobro DF - s. 131	Pedagogika gr 1 dr I. Maciej-Świąt Cicha s. 107	Biomechanika gr 3, typ. 1-10 dr A. Fara DF. Pion												
17:30 - 19:00																				
19:15 - 20:45																				

- PRZEDMIOTY:**
- Gim. z met. - Gimnastyka z metodyką
  - BSM - Równowaga i torze z metodyką
  - PS z met. - Plika siatkowa z metodyką
  - TWF - Teoria wychowania fizycznego
  - EG - Emocja ciała
  - ACW - Animacja czasu wolnego
  - WF - Współczesne formy fitness
  - PSDM - Rozwój i sprawność psychofizyczna dzieci
  - APCHWPC - Anatomia patologiczna charakterystyka wad postawy ciała
  - TWPAF - Teoretyczne i metodyczne podstawy ekstremalnej aktywności fizycznej
  - SZMWF - Struktura i zadania klubów mędrkowskich w Polsce
  - PSR - Psychologia stresu i relaksacja
  - PMBS - Podstawy metodologii badań z elementami styżwidy
  - ZISR - Zarządzanie instytucjami sportowymi i rekreacyjnymi
  - PowS - Profilaktyka urazów w sporcie
- \* - wykład wspólny realizowany dla modułów Instruktor sportu (płka nożna, boks, lekkoatletyka) oraz Instruktor fitness

- Kolor ŻÓŁTY** zajęcia dla modułu B-LA
- Kolor KRAK** zajęcia dla modułu W-FWDM
- Kolor NIEBESZ** zajęcia dla modułu B-PL
- Kolor ŻELENY** zajęcia dla modułu B-PN
- Kolor POMARAŃCZOWY** zajęcia dla modułu Instruktor gimnastyki korekcyjnej
- Kolor RÓŻOWY** zajęcia dla modułu Instruktor fitness

- MIEJSCE ZAJĘĆ:**
- Cicha - Budynki E4, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Cicha 2A
  - Kas. - Budynki B2, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Kaszarowicza 1
  - DF - Budynki DF, Kolegium Nauk Poradniczych UR, ul. Żelazowicza 4 i Zaleski 1
  - UCA - Budynki A4, Uniwersyteckie Centrum Lekkoatletyczne, ul. Cicha 28
  - Zelw. - Budynki D12, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Żelazowicza (hala sportowa)

- 1/3, 2/4 - zajęcia realizowane w tygodniach nieobrotowych lub obrótowych
- typ. 1-7 - zajęcia realizowane są od 1 do 8 tygodnia semestru / w 8 tygodniu zajęcia trwają 45 min. i kończą się wczesnie/
- typ. 8-15 - zajęcia realizowane są od 8 do 15 tygodnia semestru / 8 tygodnia zajęcia rozpoczynają się 45 min. później i trwają 45 min/
- typ. 1-10 - zajęcia realizowane są od 1 do 10 tygodnia semestru
- typ. 11-15 - zajęcia realizowane są od 11 do 15 tygodnia semestru