

Harmonogram studiów

Plan studiów: I stopnia  
Profil kształcenia: ogólnoakademicki  
Forma studiów: stacjonarne  
Realizacja od roku akademickiego: 2021/2022

Lp.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć							I ROK			II ROK			III ROK			Punkty ECTS powiązane z dzielnikiem ocenowym											
				Razem	Wykład	Cw. Audytorne	Cw. Warsztatowe	Laboratoria	Seminarium	Cw. Innowacje	1 semestr		2 semestr		3 semestr		4 semestr		5 semestr		6 semestr										
											Wykład	Cw./Konw./Lab.	ECTS	Wykład	Cw./Konw./Lab.	ECTS	Wykład	Cw./Konw./Lab.	ECTS		Wykład	Cw./Konw./Lab.	ECTS	Wykład	Cw./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	27	28				
<b>Grupa przedmiotów ogólnych przygotowujących do zawodu nauczyciela</b>																															
1	N	Pedagogika*	E4	90	30	30	20	10									30	30	3										6		
2	N	Psychologia*	E2	90	30	30	15	15													15	15	2						6		
3	N	Podstawy dydaktyki	E4	30	15	15																									
4	N	Emisja głosu	Z0	30					30																						
5	N	BHP i Ergonomia	Z	5	5					5																			4		
6	N	Technologia informacyjna	Z0	30				30			15	2		15	2																
7	DW	Język obcy	E4	120				120																							
8	DW	Przedmiot ogólnonaukowy**	Z	30	30																								4		
9		Podstawy biologii i biochemii	E2	45	15	30					15	15	2		15	2													4		
10		Podstawy metodologii badań z elementami statystyki	Z0	25												10	2										15	2	2		
11		Ochrona własności intelektualnej	Z0	15		15																									
<b>Grupa przedmiotów podstawowych</b>																															
12		Anatomia	E2	60	30	30					15	15	2	15	15	3									15	30	3		3		
13		Antropologia	E5	45	15	30																							3		
14		Fizjologia	E3	30	10	20											10	20	3										4		
15	N	Teoria wychowania fizycznego	E3	40	10	30											10	30	4												
<b>Grupa przedmiotów kierunkowych</b>																															
16	N	Antropomotoryka	E4	30	15	15															15	15	3						3		
17	N	Biomechanika	E3	30	10	20											10	20	4							15	30	4	4		
18	N	Edukacja zdrowotna	E5	45	15	30																				10	1				
19		Masaż	Z0	10				10																						2	
20	N	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	E2	25	10	15								10	15	2											15	30	4	4	
21		Historia kultury fizycznej i olimpiizmu	E6	45	15	30																									
22	N	Metodyka wychowania fizycznego ***	E4	120	30	60		30			15	30	2	15	30	2		15	1		15	2					15	1			
23	N	Organizacja i prawo w oświacie	Z0	15	15																										
24	N	Pierwsza pomoc przedmedyczna	Z0	15	15																										
25	N	Rytmika i taniec z metodyką	Z0	30				30													15	1		15	1					4	
26	N	Teoria i metodyka sportu dzieci i młodzieży	E5	45	15	30																				15	30	4		4	
27	N	Zabawy i gry ruchowe z metodyką	Z0	30		30																									
28		Kultura akademicka	Z0	5	5						5	5																20	1	2	
29	N	Diagnostowanie sprawności fizycznej dzieci i młodzieży	Z0	40		40																						15	30	3	3
30		Podstawy rekreacji z elementami treningu zdrowotnego	Z0	45	15	30																					10	15	1		
31		Podstawy prawne w kulturze fizycznej	Z0	25	10	15																									2
32	N	Etyka	Z0	30	15	15					15	15	2																		
33	N	Animacja czasu wolnego	Z0	20		20															10	1		10	1						
<b>Sporty indywidualne</b>																															
34	N	Gimnastyka z metodyką	Z0	45		45		45			15	1		15	1		15	1											15	1	
35	N	Lekkoatletyka z metodyką	Z0	45		45								15	1																
36	N	Współczesne formy fitnessu	Z0	15		15		15																							
37	N	Pływanie z metodyką	Z0	30		30					15	2		15	2																
<b>Sporty zespołowe</b>																															
38	N	Koszykówka z metodyką	Z0	40		40								20	2		20	2									20	2			
39	N	Piłka nożna z metodyką	Z0	40		40								20	2		20	2									20	2			
40	N	Piłka ręczna z metodyką	Z0	40		40								20	2		20	2									20	2			
41	N	Piłka siatkowa z metodyką	Z0	40		40								20	2		20	2									20	2			
<b>Grupa przedmiotów kierunkowych do wyboru</b>																															
42	DW	Obóz letni (do wyboru: żeglarsstwo, windsurfing)	Z0	64				64						64	5																
43	N,DW	Sporty zespołowe (do wyboru): korbalk, unihokej, futsal, rugby	Z0	30		30																				15	1		15	1	
44	N,DW	Dyscypliny rekreacyjne (do wyboru): ringo, frisbee, boole, nordic walking, jogging	Z0	30		30																				15	1		15	1	
45	N,DW	Zimowe formy aktywności ruchowej (do wyboru): narciarstwo, snowboard	Z0	76				76																			10	34	2		
46	DW	Seminarium dyplomowe	Z	90					90																						
47	DW	Moduł do wyboru ****	Z	225																											
<b>Razem:</b>				2100	340	880	35	390	90	140	95	255	25	40	339	33	60	282	33	60	195	27	55	284	33	40	220	27	95		
<b>Praktyka zawodowa</b>																															
48	N	Praktyka zawodowa wychowawczo-wdrożeniowa w szkole podstawowej	Z0	30																											
49	N	Praktyka zawodowa w szkole podstawowej	Z0	120																							120	5			
<b>Ogółem:</b>				2250	340	880	35	390	90	140	95	255	25	40	339	33	60	282	33	60	195	27	55	284	33	40	220	27	95		

Student zobowiązany jest do realizacji szkolenia bibliotecznego w wymiarze 2h.

Kod przedmiotu:

N - przedmioty przygotowujące do wykonywania zawodu nauczyciela

DW - przedmiot do wyboru

Łączna liczba punktów ECTS uzyskanych:

1. Za zajęcia z dziedziny nauk humanistycznych lub nauk społecznych - 12 pkt ECTS

2. W ramach zajęć związanych z prowadzonymi badaniami naukowymi - 95 pkt ECTS

Obóz letni po 2 semestrze - 8 dni / 64 godzin/

\* Pedagogika / sem. 4/ - zajęcia realizowane w formie: 20 godz. warsztatów + 10 godz. hospitacji

\*\* Psychologia / sem. 2/ - zajęcia realizowane w formie: 15 godz. warsztatów + 15 godz. hospitacji

\*\*\* student wybiera Jeden wykład spośród przedmiotów zaproponowanych przez uczelnię

\*\*\*\*sem. 1 i 2- grupy audytorne (min.25 osób), w sem. 3 i 4 ćwiczenia realizowane w szkole (grupy laboratoryjne- min. 15 osób) w formie śródrocznej

\*\*\*\* student w ramach studiów wybiera jeden z modułów: a). Instruktor sportu, b). Instruktor fitness, c). Instruktor (Innastyki korekcyjnej), d). Instruktor wychowania fizycznej w służbach mundurowych, e). Instruktor tańca

Praktyka zawodowa:

30 godzin - Praktyka zawodowa wychowawczo wdrożeniowa (2 ECTS)

120 godzin - Praktyka zawodowa w szkole podstawowej (5 ECTS)

Stwierdza się zgodność z programem studiów:

(podpis pracownika dziekanatu stwierdzającego zgodność)

Ustalono na posiedzeniu Rady Dydaktycznej w dniu 2023-02-09

Uniwersytet Rzeszowski  
Dziekan  
Kolegium Nauk Medycznych

Kierunek: Wychowanie Fizyczne  
Poziom kształcenia: III stopień  
Profil kształcenia: Ogólny akademicki  
Forma studiów: stacjonarne  
Realizacja od roku akademickiego 2021/2022

Lp.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć							II ROK						III ROK												
				Razem	Wykład	Ćw. Audytorialne	Ćw. Warsztatowe	Laboratoria	Seminarium	Ćw. 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	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
<b>Moduł I- Instruktor sportu (225 godz.)</b>																													
1		Teoria i praktyka dyscypliny sportowej	E6	125	35	90																							
2		Podstawy żywienia i suplementacji	ZO	15	5	10														10	30	2		10	30	2	15	30	2
3		Odnowa biologiczna i masaż w sporcie	ZO	15	5	10														5	10	2							
4		Zarządzanie instytucjami sportowymi i rekreacyjnymi	ZO	15		15																				5	10	1	
5		Profilaktyka urazów w sporcie	ZO	15	5	10															15	2							
6		Pracownia kierunkowa*	E6	10		10														5	10	2							
7		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30		30																		10	1				1
<b>Razem:</b>				225	50	175	0	0	0	0	0	5	25	4	15	40	4	10	70	4	30	1		30	1				
<b>Moduł II- Instruktor fitness (225 godz.)</b>																													
1		Teoria i praktyka fitness	E6	125	35	90																							
2		Podstawy żywienia i suplementacji	ZO	15	5	10														10	30	2		10	30	2	15	30	2
3		Odnowa biologiczna i masaż w sporcie	ZO	15	5	10														5	10	2							
4		Zarządzanie instytucjami sportowymi i rekreacyjnymi	ZO	15		15																				5	10	1	
5		Profilaktyka urazów w sporcie	ZO	15	5	10															15	2							
6		Pracownia kierunkowa*	E6	10		10														5	10	2							
7		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30		30																		10	1				1
<b>Razem:</b>				225	50	175	0	0	0	0	0	5	25	4	15	40	4	10	70	4	30	1		30	1				
<b>Moduł III- Instruktor gimnastyki korekcyjnej (225 godz.)</b>																													
1		Rozwój i sprawność psychofizyczne dzieci	E3	25	10	15																							
2		Anatomo patologiczna charakterystyka wad postawy ciała	ZO	20	10	10														10	15	2							
3		Postępowanie korekcyjne	E6	60	30	30														10	10	2							
4		Diagnostyka wad postawy ciała	ZO	15	5	10																		15	10	1	15	20	2
5		Metodyka gimnastyki korekcyjnej	ZO	25	5	20														5	10	1							
6		Techniki relaksacyjne	ZO	15		15														5	10	1		10	1				
7		Podstawy zdrowia psychospołecznego dzieci	ZO	10		10																					15	1	
8		Gry i zabawy w gimnastyce korekcyjnej	ZO	15		15																							
9		Pracownia kierunkowa*	E6	10		10																							
10		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30		30																		10	1				1
<b>Razem:</b>				225	60	165	0	0	0	0	0	20	25	4	10	45	4	15	60	4	30	1		30	1		15	35	4
<b>Moduł IV- Instruktor wychowania fizycznego w służbach mundurowych (225 godz.)</b>																													
1		Struktura i zadania służb mundurowych w Polsce	E3	10	10																								
2		Teoretyczne i metodyczne podstawy ekstremalnej aktywności fizycznej	E3	15	15															10		1							
3		Medycyna katastrof i poła walki	E5	20	10	10														15		1							
4		Psychologia strachu i relaksacja	ZO	10	10																		10	10	1				
5		Testy sprawności fizycznej w służbach mundurowych	ZO	25	15	10														10		1							
6		Samobrona	ZO	30		30																				15	10	1	
7		Strzelectwo praktyczno-obronne	ZO	15		15														15	1								
8		Teranoznawstwo i biegi na orientację	ZO	10		10																							
9		Pływanie użytkowe na wodach otwartych z elementami ratownictwa wodnego	ZO	10		10																	10	1					
10		Trkking i techniki wspinaczkowe	ZO	15		15																					10	1	
11		Obóz wędrowny survivalowy LETNI	ZO	25		25																					15	1	
12		Pracownia kierunkowa*	E6	10		10														25	2								
13		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30		30																		10	1				1
<b>Razem:</b>				225	60	165	0	0	0	0	0	35	15	4	0	55	4	10	60	4	30	1		30	1		15	35	4
<b>Moduł V- Instruktor tańca (225 godz.)</b>																													
1		Teoria tańca i muzyki	ZO	15	15																								
2		Współczesne techniki tańca	E6	53	17		36																10	1		15	16	1	
3		Taniec klasyczny, ludowy, towarzyski	E6	54	4		50													10	1		4	20	1		20	2	
4		Ćwiczenia uzupełniająca w szkoleniu tanecznym	ZO	30		30																							
5		Pokazowe formy taneczne i taneczno-gimnastyczne	ZO	16		16																							
6		Taniec w rozwoju osobistym człowieka	ZO	17	2	15																							
7		Pracownia kierunkowa*	E6	10		10																							
8		Warsztaty szkoleniowe	ZO	30		30																		10	1				1
<b>Razem:</b>				38	40	0	147	0	0	0	17	40	4	2	41	4	4	4	70	4	15	36	4						

\* W ramach pracowni kierunkowej w 6 semestrze na każdym z Modułów student realizuje 1 ECTS-30 godzin pracy własnej przygotowania do egzaminu