

Harmonogram studiów

Kierunek: **Wychowanie Fizyczne**
Poziom kształcenia: **II stopnia**
Profil kształcenia: **ogólnoakademicki**
Forma studiów: **stacjonarne**
Realizacja od roku akademickiego: **2022/2023**

L.p.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć							I ROK								II ROK				Punkty ECTS powiązane z działalnością naukową
				Razem	Wykład	Ćw. Audytorne	Ćw. Warsztatowe	Laboratoria	Seminarium	Ćw. terenowe	1 semestr			2 semestr			3 semestr			4 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		
Grupa przedmiotów podstawowych																							
1	N	Fizjologia wysiłku fizycznego	E1	30	10	20					10	20	4									4	
2		Medycyna w wychowaniu fizycznym i sporcie	E1	30	10	20					10	20	4									4	
3	N	Promocja zdrowia w kulturze fizycznej	ZO	45	15	30								15	30	3						3	
4		Psychologia sportu	E1	20	5	15					5	15	2							15	30	3	
5	N	Socjologia kultury fizycznej	E4	45	15	30											5	10	2			3	
6		Filozoficzne aspekty kultury fizycznej	ZO	15	5	10					10	20	4									4	
7		Metodologia badań	E1	30	10	20																2	
8	N	Narzędzia Informatyczne w naukach o kulturze fizycznej	ZO	30				30							30	2						2	
9		Metody statystyczne w naukach o kulturze fizycznej	ZO	20				20				20	2									2	
10		Nowoczesne technologie w procesie badawczym	ZO	30				30									15	30	3			2	
11		Ekologia	E3	45	15	30															15	1	
12	N	Ochrona własności intelektualnej	ZO	15		15																	
13	DW	Język obcy	ZO	60							30	2		30	2								
14	DW	Przedmiot ogólnouniwersytecki *	Z	30	30															30		2	
Grupa przedmiotów kierunkowych																							
15	N	Zaawansowana metodyka wychowania fizycznego **	E2	45	10			35			4	15	2	6	20	3							
16	N	Zaawansowana teoria i metodyka sportów indywidualnych (pływanie, lekkoatletyka, gimastyka)	ZO	75		15		60				15	2		30	2		30	2				
17	N	Zaawansowana teoria i metodyka sportów zespołowych (p. ręczna, p. siatkowa, koszykówka, p. nożna)	ZO	110		110						20	2		30	2		30	2		30	2	
18	N	Teoria treningu sportowego	E2	45	15	30								15	30	3						3	
19	N	Teoria i metodyka animacji form taneczno-ruchowych	ZO	30				30										30	2				
20		Masaż specjalistyczny z elementami odnowy biologicznej	ZO	15				15							15	1							
21	N	Wychowanie fizyczne specjalne	E4	45	15	30														15	30	3	
22		Sport osób niepełnosprawnych	ZO	20	5	15					5	15	1										
Grupa przedmiotów kierunkowych do wyboru																							
23	DW	Seminarium magisterskie	Z	120				120			30	3		30	3		30	3		30	6	15	
24	N,DW	Aktywne formy turystyki szkolnej***	ZO	30				30						30	2		30	2				6	
25	N,DW	Sporty walki (karate, boks, szermierka)	ZO	75				75				15	2		30	2		30	2		10	25	
26	DW	Moduł do wyboru****		325													5			10			
Razem:				1380	160	390	0	355	120	30	44	235	30	36	305	30	20	220	28	60	135	27	75
Praktyka zawodowa																							
27	N	Praktyka zawodowa w szkole ponadpodstawowej	ZO	120														120	5				
Ogółem:				1500	160	390	0	355	120	30	44	235	30	36	305	30	20	340	33	60	135	27	75

Kod przedmiotu:

N - przedmiot przygotowujący do wykonywania zawodu nauczyciela

DW - przedmiot do wyboru

Łączna liczba punktów ECTS uzyskanych:

1. Za zajęcia z dziedziny nauk humanistycznych lub nauk społecznych - 7 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 szkole ponadpodstawowej w formie praktyki śródrocznej

*** Student w ramach przedmiotu ma do wyboru następujące formy zajęć: turystykę pieszą wysokogórską, turystykę rowerową, turystykę kajakową, żeglarsstwo, aktywne formy turystyki zimowej (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)

Stwierdza się zgodność z programem studiów: *Adrian*

2023-02-09

Ustalono na posiedzeniu Rady Dydaktycznej w dniu:

(podpis pracownika dziekanatu stwierdzającego zgodność)

Uniwersytet Rzeszowski
Dziekanat Kolegium Nauk Medycznych

Zatwierdzam:
(z upoważnienia Rektora)

Prorektor ds. Studenckich i Kształcenia

Prof. Eryk Białas, prof. UR

Harmonogram studiów

Lp.	Kod przedmiotu	Przedmiot	Forma zaliczenia	Forma zajęć							I ROK			II ROK						
				Razem	Wykład	Ćw. Audytoryjne	Ćw. Warsztatowe	Laboratoria	Seminarium	Inne	2 semestr			3 semestr			4 semestr			
											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	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
Moduł I- Trener Zdrowia																				
1		Metodyka edukacji zdrowotnej	E2	30	10	20					10	20	2							
2		Technologia informacyjna i nowe media w edukacji zdrowotnej	ZO	15		15						15	1							
3		Zdrowie psychospołeczne	ZO	40	10	30								10	15	2		15	1	
4		Prozdrowotna edukacja żywieniowa	ZO	30	10	20											10	20	2	
5		Profilaktyka chorób cywilizacyjnych	ZO	30	10	20											10	20	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	60		60									60	2				
Razem:				325	65	235	0	25				10	55	5	30	110	10	25	95	10
Moduł II- Trener personalny																				
1		Teoria i praktyka treningu osobistego	E4	110	20	90					10	30	3	10	30	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 okolo treningowa	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	60		60									60	2				
Razem:				325	50	250	0	25				25	45	5	20	135	10	5	95	10
Moduł III- Trener przygotowania motorycznego																				
1		Komputerowe wspomaganie treningu sportowego	ZO	25		25													25	2
2		Diagnostowanie i kształtowanie systemów energetycznych	ZO	15		15						15	1							
3		Diagnostowanie zdolności motorycznych	ZO	15		15						15	1							
4		Charakterystyka i struktura rozgrzewki	ZO	15		15												5	20	2
5		Odbudowa zdolności motorycznych po urazach	ZO	25	5	20														
6		Trening funkcjonalny i ocena funkcjonalna zawodnika	E3	45	5	40				5	20	2		20	2					
7		Specyfika przygotowania motorycznego w sporcie wyczynowym	E4	80	20	60								10	30	5	10	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	60		60									60	2				
Razem:				325	35	265	0	25			5	65	5	10	125	10	20	100	10	
Moduł IV- Instruktor Sportu																				
1		Teoria i praktyka dyscypliny sportowej	E4	120	30	90					10	30	4	10	30	4	10	30	4	
2		Wspomaganie procesu treningowego	ZO	25	5	20											5	20	2	
3		Monitorowanie i kontrola treningu	ZO	30	5	25								5	25	2				
4		Marketing i strategia zarządzania bazy sportowo-rekreacyjnej	ZO	20	5	15					5	15	1							
5		Psychologiczne aspekty pracy instruktora	E4	25	5	20											5	20	3	
6		Komunikacja interpersonalna w sporcie młodzieżowym	ZO	20	5	15								5	15	1				
7		Pracownia kierunkowa	E4	25			25								15	1		10	1	
8		Warsztaty szkoleniowe	ZO	60		60									60	2				
Razem:				325	55	245	0	25			15	45	5	20	145	10	20	80	10	