Harmonogram realizacji programu studiów stacjonarnych pierwszego stopnia o profilu praktycznym (dla studentów rozpoczynających studia od roku akademickiego 2024/2025)

Kierunek: **Wychowanie fizyczne**

w zakresie: **Trener personalny**

L.p.	Przedmiot	Forma zaliczenia (semestr)		Ogółem ECTS	Ogółem liczba godzin						Ogółem liczba godzin w kontakcie	Ogółem godzin	Semestr 1							Semestr 2							Semestr 3							Semestr 4							Semestr 5							Semestr 6						
		Egzamin	Zaliczenie na ocenę		Wykłady	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna			Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS
MODUŁ KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO																																																						
1.	Anatomia	1		3	15	0	30	0	0	30	45	75	15		30			30	3																																			
2.	Fizjologia	3		2	15	0	15	0	0	20	30	50															15		15			20	2																					
3.	Antropologia		4	2	15	0	15	0	0	20	30	50																						15		15			20	2														
4.	Medycyna wychowania fizycznego		6	1	15	0	0	0	0	10	15	25																																									15					10	1
5.	Biochemia	2		3	15	0	30	0	0	30	45	75								15		30			30	3																											
6.	Biofizyka		2	1	15	0	0	0	0	10	15	25								15					10	1																											
7.	Biomechanika	2		3	15	0	30	0	0	30	45	75								15		30			30	3																											
8.	Antropomotoryka	3		3	15	30	0	0	0	30	45	75															15	30				30	3																				
9.	Metodyka nauczania ruchu		2	1	15	0	0	0	0	10	15	25								15					10	1																											
10.	Pierwsza pomoc przedlekarska		1	1	0	0	15	0	0	10	15	25			15			10	1																																	
11.	Technologia informacyjna		1	2	0	0	30	0	0	20	30	50			30			20	2																																	
RAZEM				**22**	**135**	**30**	**165**	**0**	**0**	**220**	**330**	**550**																																									
MODUŁ KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO																																																					
	Przygotowanie merytoryczne do nauczania pierwszego przedmiotu-grupa zajęć A1																																																				
12.	Teoria treningu sportowego	4		2	10	15	0	0	0	25	25	50																						10	15				25	2													
13.	Podstawy ratownictwa wodnego		6	1	0	0	15	0	0	10	15	25																																				15			10	1
14.	Kajakarstwo		4	2	0	30	0	0	0	20	30	50																							30				20	2													
15.	Zabawy i gry ruchowe		1	2	0	30	0	0	0	20	30	50		30				20	2																																		
16.	Korekcja i kompensacja wad postawy ciała		4	2	10	20	0	0	0	20	30	50																						10	20				20	2													
17.	Lekka atletyka	4	3	4	20	40	0	0	0	40	60	100															10	20				20	2	10	20				20	2													
18.	Teoria i metodyka gier sportowych		1	2	10	15	0	0	0	25	25	50	10	15				25	2																																		
19.	Teoria i metodyka gimnastyki korekcyjnej		3	2	15	15	0	0	0	20	30	50															15	15				20	2																				
20.	Marketing w sporcie		6	1	15	0	0	0	0	10	15	25																																									15					10	1
21.	Teoria sportu		1	1	15	0	0	0	0	10	15	25	15					10	1																																		
22.	Piłka ręczna		4	1	0	20	0	0	0	5	20	25																							20				5	1													
23.	Koszykówka		1	1	0	20	0	0	0	5	20	25		20				5	1																																		
24.	Piłka siatkowa		2	1	0	20	0	0	0	5	20	25									20				5	1																											
25.	Piłka nożna		3	1	0	20	0	0	0	5	20	25																20				5	1																				
26.	Pływanie	2	1	4	10	45	0	0	0	45	55	100	10	15				25	2		30				20	2																											
27.	Gimnastyka		2	3	10	35	0	0	0	30	45	75	10	15				25	2		20				5	1																											
28.	Narciarstwo zjadowe		1	2	0	30	0	0	0	20	30	50		30				20	2																																		
29.	Narciarstwo biegowe		3	2	0	30	0	0	0	20	30	50																30				20	2																				
30.	Gimnastyka korekcyjna w wodzie		5	1	0	20	0	0	0	5	20	25																														20				5	1						
31.	Tenis ziemny		4	2	0	30	0	0	0	20	30	50																							30				20	2													
32.	Kształcenie ruchowe		6	2	0	30	0	0	0	20	30	50																																					30			20	2
33.	Propedeutyka pracy wychowawczej w szkole		1	2	10	15	0	0	0	25	25	50	10	15				25	2																																		
34.	Fizjologia wysiłku		4	2	10	15	0	0	0	25	25	50																						10	15				25	2													
35.	Rytmika i taniec /Krav Maga*		5	1	0	15	0	0	0	10	15	25																														15				10	1						
36.	Streetball / Biegi na orientację*		3	1	0	15	0	0	0	10	15	25																15				10	1																				
37.	Eduball / Unihokej*		3	1	0	15	0	0	0	10	15	25																15				10	1																				
38.	Łyżwiarstwo / Aquafitness*		5	1	0	15	0	0	0	10	15	25																														15				10	1						
39.	Edukacja zdrowotna		6	1	0	15	0	0	0	10	15	25																																					15			10	1
40.	Badminton / Tenis stołowy*		6	1	0	15	0	0	0	10	15	25																																					15			10	1

L.p.	Przedmiot	Forma zaliczenia (semestr)		Ogółem ECTS	Ogółem liczba godzin						Ogółem liczba godzin w kontakcie	Ogółem godzin	Semestr 1							Semestr 2							Semestr 3							Semestr 4							Semestr 5							Semestr 6						
		Egzamin	Zaliczenie na ocenę		Wykłady	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna			Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS
41.	Podstawy swobodnego nurkowania / Turystyka rowerowa*		6	1	0	15	0	0	0	10	15	25																																																	
42.	Etyka zawodu nauczyciela		5	1	15	0	0	0	0	10	15	25																																																	
43.	Komunikacja interpersonalna		5	2	0	30	0	0	0	20	30	50																																																	
44.	Sędziowanie szkolnych zawodów sportowych		5	2	10	15	0	0	0	25	25	50																																																	
45.	Siatkówka plażowa / Dyscypliny nieolimpijskie*		2	1	0	15	0	0	0	10	15	25									15				10	1																																				
46.	Speedminton / Strzelectwo sportowe*		3	1	0	15	0	0	0	10	15	25																15				10	1																													
47.	Golf / Survival z elementami wspinaczki*		4	1	0	15	0	0	0	10	15	25																							15				10	1																						
48.	Obóz letni		2	3	0	45	0	0	0	30	45	75									45				30	3																																				
49.	Metodologia badań naukowych		5	1	15	0	0	0	0	10	15	25																																																	
50.	Seminarium licencjackie		5,6	3	0	0	0	45	0	30	45	75																																																	
51.	Praca dyplomowa		6	10	0	0	0	0	0	250	0	250																																																	
	RAZEM			**75**	**175**	**735**	**15**	**45**	**0**	**905**	**970**	**1875**																																																	
	MODUŁ KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																																																													
52.	Historia kultury fizycznej z olimpizmem		1	1	10	0	0	0	0	15	10	25	10					15	1																																											
53.	Biomedyczne podstawy rozwoju		1	1	10	0	0	0	0	15	10	25	10					15	1																																											
54.	Podstawy statystyki		5	2	10	0	15	0	0	25	25	50																																																	
55.	Podstawy filozofii		1	1	10	0	0	0	0	15	10	25	10					15	1																																											
56.	Wychowanie fizyczne		1,2	0	0	60	0	0	0	0	60	60		30				0	0		30				0	0																																					
57.	Język obcy do wyboru (angielski/niemiecki/rosyjski)	5	2,3,4	8	0	120	0	0	0	80	120	200									30				20	2		30				20	2		30				20	2		30				20	2													
	RAZEM			**13**	**40**	**180**	**15**	**0**	**0**	**150**	**235**	**385**																																																	
	MODUŁ KSZTAŁCENIA NAUCZYCIELSKIEGO																																																													
58.	BHP i ochrona własności intelektualnej		1	1	10	0	0	0	0	15	10	25	10					15	1																																											
59.	Organizacja wypoczynku dzieci i młodzieży		5	1	0	15	0	0	0	10	15	25																																																		
	Przygotowanie psychologiczno-pedagogiczne-grupa zajęć B																																																													
60.	Psychologia w Kulturze Fizycznej	3	2	5	25	45	0	0	0	55	70	125								15	30				30	3	10	15				25	2																												
61.	Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży	4	3	4	20	30	0	0	0	50	50	100															10	15				25	2	10	15				25	2																						
62.	WF dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych		5	2	10	15	0	0	0	25	25	50																																																	
63.	Pedagogika	2	1	5	30	60	0	0	0	10	90	100	15	20				15	2	15	30				30	3																																					
	Przygotowanie dydaktyczne w zakresie podstaw dydaktyki i emisji głosu- grupa zajęć C																																																													
64.	Podstawy dydaktyki	1		3	15	45	0	0	0	5	60	65	15	30				30	3																																											
65.	Emisja głosu		1	1	0	15	0	0	0	10	15	25		15				10	1																																											
	Przygotowanie do nauczania pierwszego przedmiotu-grupa zajęć D																																																													
66.	Dydaktyka wychowania fizycznego na pierwszym etapie edukacyjnym	2		3	15	30	0	0	0	30	45	75								15	30				30	3																																				
67.	Dydaktyka wychowania fizycznego na drugim etapie edukacyjnym	3		3	15	30	0	0	0	30	45	75															15	30				30	3																														
68.	Praktyki zawodowe		2,3,4,	14	0	0	0	0	330	90	0	420												60	30	3					120	30	5					150	30	6																				
	RAZEM			**42**	**140**	**285**	**0**	**0**	**330**	**330**	**425**	**1085**																																																	

L.p.	Przedmiot	Forma zaliczenia (semestr)		Ogółem ECTS	Ogółem liczba godzin						Ogółem liczba godzin w kontakcie	Ogółem godzin	Semestr 1							Semestr 2							Semestr 3							Semestr 4							Semestr 5							Semestr 6						
		Egzamin	Zaliczenie na ocenę		Wykłady	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna			Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Seminarium	Praktyka zawodowa	Praca własna	ECTS
MODUŁ KSZTAŁCENIA SPECJALNOŚCIOWEGO W ZAKRESIE TRENERA PERSONALNEGO **																																																						
69.	Projektowanie treningu indywidualnego		4	1	0	15	0	0	0	10	15	25																							15				10	1														
70.	Podstawy treningu siłowego		4	2	0	30	0	0	0	20	30	50																							30				20	2														
71.	Podstawy żywienia		4	2	0	0	30	0	0	20	30	50																								30			20	2														
72.	Trening funkcjonalny z elementami cross treningu		5	1	0	15	0	0	0	10	15	25																														15				10	1								
73.	Marketing w pracy trenera personalnego		5	2	0	30	0	0	0	20	30	50																														30				20	2								
74.	Podstawy mobility i treningu zdrowotnego		5	1	0	0	15	0	0	10	15	25																														15				10	1								
75.	Techniki relaksacji		5	1	0	15	0	0	0	10	15	25																														15				10	1								
76.	Kształtowanie i kontrola zdolności motorycznych	6		1	0	15	0	0	0	10	15	25																																						15				10	1
77.	Fitness		6	1	0	15	0	0	0	10	15	25																																						15				10	1
78.	Coaching		6	1	0	15	0	0	0	10	15	25																																						15				10	1
79.	Suplementacja		6	1	0	15	0	0	0	10	15	25																																						15				10	1
80.	Praktyki zawodowe		5,6	14	0	0	0	0	360	60	0	420																																	180	30	7					180	30	7
RAZEM				**28**	**0**	**165**	**45**	**0**	**360**	**200**	**210**	**770**	140	235	75	0	0	330	30	105	280	60	0	60	290	30	90	250	15	0	120	275	29	65	255	45	0	150	290	31	60	230	15	15	180	260	29	30	135	15	30	180	420	31
Liczba godzin ogółem bez pracy własnej					**490**	**1395**	**240**	**45**	**690**	**1805**	**2860**																																												
ECTS ogółem				**180**																																																		
Suma godzin w semestrze bez praktyk zawodowych i pracy własnej													450							445							355							365							320							210						
Suma godzin w semestrze bez praktyk zawodowych (kontakt + praca własna)													780							735							630							655							580							630						
Suma godzin w semestrze z praktykami zawodowymi bez pracy własnej													450							505							475							515							500							390						
Liczba egzaminów w semestrze													1							5							3							4							1							1						
Suma punktów ECTS w semestrze bez praktyk zawodowych													30							27							24							25							22							24						
Suma ECTS w semestrze z praktykami zawodowymi													30							30							29							31							29							31						
Suma ECTS w roku													60														60															60													
Suma godzin w roku bez praktyk zawodowych i pracy własnej													895														720															530													
Suma godzin w roku bez praktyk zawodowych + praca własna													1515														1285															1210													
Suma godzin w roku z praktykami zawodowymi +praca własna													1575														1555															1570													
Liczba godzin ogółem z praktykami zawodowymi (bez pracy własnej)																																																						**2835**
Liczba godzin ogółem z praktykami zawodowymi + praca własna																																																						**4700**
ECTS ogółem																																																						**180**

* przedmiot do wyboru