

**Plan 2-letnich studiów II stopnia magisterskich - profil ogólnoakademicki  
na kierunku WYCHOWANIE FIZYCZNE  
studia stacjonarne**

obowiązuje od roku akademickiego 2021/22

Lp.	Przedmiot		Wymiar godzin			Forma zal.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształceni a	Procent samokształceni a	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.					
										w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
<b>A. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO - 190 H (19 ECTS)</b>																								
A.1	Metodologia badań naukowych	O	15	15	0	E	50	33	66%				15	0	2							0,7	1,3	2
A.2	Komunikacja interpersonalna	O	20	10	10	ZO	50	28	56%	10	10	2										0,9	1,1	2
<b>PRZEDMIOTY DO WYBORU</b>																								
A.3	Język obcy (angielski / niemiecki)	W	30	0	30	ZO/E	100	68	68%				0	15	2	0	15	2				1,3	2,7	4
A.4	Sporty walki, fitness	W	15	0	15	ZO	25	8	32%							0	15	1				0,7	0,3	1
A.5	Wykład monograficzny	W	20	20	0	ZO	50	28	56%				10	0	1	10	0	1				0,9	1,1	2
A.6	Zajęcia sportowe i edukacyjne	W	90	0	90	ZO	200	108	54%				0	30	2	0	30	3	0	30	3	3,7	4,3	8
<b>B. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO - 210 H (17 ECTS)</b>																								
B.1	Anatomia	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1
B.2	Antropologia	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1
B.3	Biochemiczna diagnostyka wysiłku sportowego	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1
B.4	Biologiczny rozwój człowieka	O	15	5	10	ZO	25	8	32%	5	10	1										0,7	0,3	1
B.5	Diagnostyka biomechaniczna aktywności ruchowej	O	15	5	10	ZO	25	8	32%	5	10	1										0,7	0,3	1
B.6	Ekologia	O	15	15	0	E	25	8	32%							15	0	1				0,7	0,3	1
B.7	Filozofia sportu	O	15	15	0	ZO	50	33	66%	15	0	2										0,7	1,3	2
B.8	Fizjologiczna diagnostyka wysiłku sportowego	O	15	0	15	ZO	25	8	32%							0	15	1				0,7	0,3	1
B.9	Geropedagogika	O	15	5	10	ZO	25	8	32%							5	10	1				0,7	0,3	1
B.10	Gerokinezyjologia	O	15	5	10	ZO	25	8	32%									5	10	1		0,7	0,3	1
B.11	Metody statystyki matematycznej	O	20	5	15	ZO	50	28	56%				5	15	2							0,9	1,1	2
B.12	Psychologia społeczna	O	25	15	10	ZO	50	23	46%							15	10	2				1,1	0,9	2
B.13	Socjologia kultury fizycznej	O	15	5	10	ZO	50	33	66%	5	10	2										0,7	1,3	2
<b>C. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO - 530 H (39 ECTS)</b>																								
C.1	Dietetyka	O	30	15	15	ZO	50	18	36%	15	15	2										1,3	0,7	2
C.2	Medycyna sportowa	O	30	30	0	ZO	50	18	36%							30	0	2				1,3	0,7	2
C.3	Interaktywna edukacja zdrowotna	O	15	5	10	ZO	25	8	32%	5	10	1										0,7	0,3	1
C.4	Odnowa biologiczna	O	20	5	15	ZO	50	28	56%				5	15	2							0,9	1,1	2
C.5	Organizacja imprez sportowych	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1

Lp.	Przedmiot		Wymiar godzin			Forma zal.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształceni a	Procent samokształceni a	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.					
										w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
C.6	Teoria i metodyka gimnastyki	O	30	0	30	ZO	50	18	36%	0	30	2										1,3	0,7	2
C.7	Teoria i metodyka lekkoatletyki	O	30	0	30	ZO	50	18	36%				0	30	2							1,3	0,7	2
C.8	Formy aktywności w wodzie	O	30	0	30	ZO	50	18	36%							0	30	2				1,3	0,7	2
C.9	Teoria i metodyka piłki ręcznej	O	30	0	30	ZO	50	18	36%				0	30	2							1,3	0,7	2
C.10	Teoria i metodyka piłki siatkowej	O	30	0	30	ZO	50	18	36%	0	30	2										1,3	0,7	2
C.11	Teoria i metodyka piłki nożnej	O	30	0	30	ZO	50	18	36%									0	30	2		1,3	0,7	2
C.12	Teoria i metodyka koszykówki	O	30	0	30	ZO	50	18	36%							0	30	2				1,3	0,7	2
C.13	Teoria treningu	O	40	15	25	E	75	33	44%	15	25	3										1,7	1,3	3
C.14	Turystyka szkolna	O	30	10	20	ZO	50	18	36%	10	20	2										1,3	0,7	2
C.15	Pedagogika specjalna	O	30	15	15	ZO	50	18	36%	15	15	2										1,3	0,7	2
<b>PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA DYDAKTYCZNEGO</b>																								
C.16	Zaawansowana dydaktyka WF	O	50	10	40	E	100	48	48%	5	30	2	5	10	2							2,1	1,9	4
<b>PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNEGO</b>																								
C.17	Psychologia kultury fizycznej	O	30	15	15	E	75	43	57%	15	15	3										1,3	1,7	3
C.18	Pedagogika kultury fizycznej	O	30	15	15	E	75	43	57%	15	15	3										1,3	1,7	3
<b>D. MODUŁ DYPLOMOWY - 45 H (16 ECTS)</b>																								
D.1	Seminarium magisterskie	W	45	0	45	ZO	100	53	53%				0	15	1	0	15	1	0	15	2	1,9	2,1	4
D.2	Egzamin magisterski	W	0	0	0	E	300	300	100%										0	0	12	0,0	12,0	12
<b>E. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA ZE SPECJALIZACJĄ INSTRUKTORSKĄ I PROMOCJĄ ZDROWIA - 330 H (23 ECTS)</b>																								
E.1	Teoria i praktyka dyscypliny I	o	150	60	90	ZO/E	250	98	39%				20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
E.2	Przedmiot do wyboru	o	30	15	15	ZO	50	18	36%										15	15	2	1,3	0,7	2
<b>PROMOCJA ZDROWIA</b>																								
E.3	Zmiany zachowań zdrowotnych	o	25	10	15	ZO	50	25	50%				10	15	2							1,0	1,0	2
E.4	Zarządzanie stresem	o	20	10	10	ZO	25	5	20%				10	10	1							0,8	0,2	1
E.5	Ekologiczne uwarunkowania zdrowia	o	15	5	10	ZO	25	10	40%									5	10	1		0,6	0,4	1
E.6	Kompendium wiedzy o żywności i żywieniu	o	25	10	15	ZO	50	25	50%							10	15	2				1,0	1,0	2
E.7	Promocja racjonalnego żywienia	o	10	0	10	ZO	25	15	60%							0	10	1				0,4	0,6	1
E.8	Projektowanie programów zdrowotnych	o	25	10	15	E	50	25	50%									10	15	2		1,0	1,0	2
E.9	Psychologia odżywiania	o	15	5	10	ZO	25	10	40%							5	10	1				0,6	0,4	1
E.10	Całozyciowa aktywność fizyczna	o	15	5	10	ZO	25	10	40%				5	10	1							0,6	0,4	1

Lp.	Przedmiot	Wymiar godzin			Forma zal.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształceni a	Procent samokształceni a	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS	
		Razem	w.	ćw.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.						
									w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS				
<b>F. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA Z TRENEREM OSOBISTYM - 330 H (23 ECTS)</b>																								
F.1	Psychologia pracy z klientem	o	20	5	15	ZO	25	3	12%						5	15	1				0,9	0,1	1	
F.2	Trening zdrowotny	o	35	5	30	ZO	50	13	26%				5	30	2						1,5	0,5	2	
F.3	Żywienie i suplementacja diety	o	40	15	25	ZO	75	33	44%								15	25	3		1,7	1,3	3	
F.4	Odnowa biologiczna	o	15	0	15	ZO	25	8	32%					0	15	1					0,7	0,3	1	
F.5	Teoria i praktyka dyscypliny - kulturystyka	o	150	60	90	ZO/E	250	98	39%				20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
F.6	Medyczne podstawy uprawiania sportu	o	20	10	10	ZO	50	28	56%							10	10	2				0,9	1,1	2
F.7	Zagadnienia organizacyjno-prawne w sporcie	o	25	10	15	ZO	50	23	46%									10	15	2		1,1	0,9	2
F.8	Żywienie i wspomaganie w sporcie	o	25	10	15	ZO	50	23	46%				10	15	2							1,1	0,9	2
<b>G. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKO-TRENERSKA - 310 H (22 ECTS)</b>																								
G.1	Dyscyplina kierunkowa do wyboru	w	250	80	170	ZO/E	375	123	33%				30	60	4	30	70	6	20	40	5	10,1	4,9	15
G.2	Żywienie	o	15	10	5	ZO	50	33	66%				10	5	2							0,7	1,3	2
G.3	Pedagogika sportu	o	10	10	0	ZO	25	13	52%				10	0	1							0,5	0,5	1
G.4	Teoria sportu	o	15	5	10	ZO	50	33	66%									5	10	2		0,7	1,3	2
G.5	Psychologia sportu	o	10	10	0	ZO	25	13	52%							10	0	1				0,5	0,5	1
G.6	Fizjologia sportu	o	10	0	10	ZO	25	13	52%									0	10	1		0,5	0,5	1
<b>H. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA Z MENEDŻEREM SPORTU - 280 H (21 ECTS)</b>																								
H.1	Teoria i praktyka dyscypliny kierunkowej	w	150	60	90	ZO/E	250	98	39%				20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
H.2	Prawne aspekty funkcjonowania związków i organizacji sportowych	o	15	5	10	ZO	50	33	66%				5	10	2							0,7	1,3	2
H.3	Zarządzanie związkami i organizacjami sportowymi	o	30	15	15	E	50	18	36%				15	15	2							1,3	0,7	2
H.4	Zarządzanie finansami i sponsoring w sporcie	o	25	10	15	ZO	50	23	46%							10	15	2				1,1	0,9	2
H.5	Planowanie, organizacja i bezpieczeństwo imprez sportowych	o	25	10	15	ZO	50	23	46%							10	15	2				1,1	0,9	2
H.6	Public relations i współpraca z mediami	o	20	5	15	ZO	50	28	56%									5	15	2		0,9	1,1	2
H.7	Coaching i mentoring w pracy menedżera sportu	o	15	5	10	ZO	25	8	32%									5	10	1		0,7	0,3	1
	<b>Razem (A+B+C+D+E) - INS</b>		<b>1305</b>	<b>405</b>	<b>900</b>		<b>2850</b>	<b>1465</b>	<b>51%</b>	<b>135</b>	<b>245</b>	<b>30</b>	<b>105</b>	<b>265</b>	<b>29</b>	<b>110</b>	<b>235</b>	<b>26</b>	<b>55</b>	<b>155</b>	<b>29</b>	<b>55</b>	<b>59</b>	<b>114</b>
	<b>Godziny w semestrze (tygodniowo)</b>									<b>380</b>	25,3	<b>370</b>	25	<b>345</b>	23	<b>210</b>	21							
	<b>Razem (A+B+C+D+F) - TO</b>		<b>1305</b>	<b>390</b>	<b>915</b>		<b>2850</b>	<b>1453</b>	<b>51%</b>	<b>135</b>	<b>245</b>	<b>30</b>	<b>95</b>	<b>275</b>	<b>29</b>	<b>110</b>	<b>240</b>	<b>26</b>	<b>50</b>	<b>155</b>	<b>29</b>	<b>56</b>	<b>58</b>	<b>114</b>
	<b>Godziny w semestrze (tygodniowo)</b>									<b>380</b>	25,3	<b>370</b>	25	<b>350</b>	23,3	<b>205</b>	20,5							
	<b>Razem (A+B+C+D+G) - NT</b>		<b>1285</b>	<b>390</b>	<b>895</b>		<b>2825</b>	<b>1452</b>	<b>51%</b>	<b>135</b>	<b>245</b>	<b>30</b>	<b>110</b>	<b>265</b>	<b>29</b>	<b>115</b>	<b>240</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>145</b>	<b>28</b>	<b>55</b>	<b>58</b>	<b>113</b>
	<b>Godziny w semestrze (tygodniowo)</b>									<b>380</b>	25,3	<b>375</b>	25	<b>355</b>	23,7	<b>175</b>	17,5							
	<b>Razem (A+B+C+D+H) - MS</b>		<b>1255</b>	<b>385</b>	<b>870</b>		<b>2800</b>	<b>1455</b>	<b>52%</b>	<b>135</b>	<b>245</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>255</b>	<b>29</b>	<b>115</b>	<b>230</b>	<b>26</b>	<b>35</b>	<b>140</b>	<b>27</b>	<b>54</b>	<b>58</b>	<b>112</b>
	<b>Godziny w semestrze (tygodniowo)</b>									<b>380</b>	25,3	<b>355</b>	24	<b>345</b>	23	<b>175</b>	17,5							

\* do wyboru: judo/tenis/gimnastyka senioralna /tchoukball/badminton /łyżwiarstwo/aqua aerobik/unihokej i inne proponowane przez dziekana.

Lp.	Przedmiot		Wymiar godzin			Forma zal.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształceni a	Procent samokształceni a	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.					
										w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
I.1	Praktyka psychologiczno-pedagogiczna	O	30	0	30	ZO	30	0	0%				0	30	1							1,0	0,0	1
I.2	Praktyka w szkole ponadpodstawowej	O	120	0	120	ZO	120	0	0%							0	120	4				4,0	0,0	4
<b>Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej ze specjalizacją instruktorską</b>																								
I.3	Praktyka zawodowa instruktorska	o	30	0	30	ZO	30	0	0%									0	30	1	1,0	0,0	1	
<b>Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej z trenerem osobistym</b>																								
I.4	Praktyka zawodowa instruktorska	o	30	0	30	ZO	30	0	0%									0	30	1	1,0	0,0	1	
<b>Praktyka dotycząca specjalności nauczycielsko-trenerskiej</b>																								
I.5	Praktyka zawodowa trenerska	o	50	0	50	ZO	50	0	0%									0	50	2	2,0	0,0	2	
<b>Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej z menedżerem sportu</b>																								
I.6	Praktyka menedżerska	o	50	0	50	ZO	50	0	0%									0	50	2	2,0	0,0	2	
I.7	Praktyka zawodowa instruktorska	o	30	0	30	ZO	30	0	0%									0	30	1	1,0	0,0	1	
	<b>Razem ECTS</b>		<b>120</b>							<b>30</b>			<b>30</b>			<b>30</b>			<b>30</b>			<b>62</b>	<b>58</b>	<b>120</b>