

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

obowiązuje od roku akademickiego 2025/2026

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			
A. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO - 190 H (19 ECTS)																								
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
PRZEDMIOTY DO WYBORU																								
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. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO - 210 H (17 ECTS)																								
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	Gerokinezylogia	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
C. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO - 530 H (39 ECTS)																								
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

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.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
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
PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA DYDAKTYCZNEGO																								
C.16	Zaawansowana dydaktyka WF	O	50	10	40	E	100	48	48%	5	30	2	5	10	2							2,1	1,9	4
PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNEGO																								
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
D. MODUŁ DYPLOMOWY - 45 H (16 ECTS)																								
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
E. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA ZE SPECJALIZACJĄ INSTRUKTORSKĄ I PROMOCJĄ ZDROWIA - 330 H (23 ECTS)																								
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
PROMOCJA ZDROWIA																								
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

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			
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
F. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA Z TRENEREM OSOBISTYM - 330 H (23 ECTS)																								
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	Żywnienie 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	Żywnienie i wspomaganie w sporcie	o	25	10	15	ZO	50	23	46%			10	15	2							1,1	0,9	2	
G. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKO-TRENERSKA - 310 H (22 ECTS)																								
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	Żywnienie	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	
H. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA Z MENEDŻEREM SPORTU - 280 H (21 ECTS)																								
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	
	Razem (A+B+C+D+E) - INS		1305	405	900		2850	1465	51%	140	225	30	100	285	29	110	235	26	55	155	29	55	59	114
	Godziny w semestrze (tygodniowo)									365	<i>24,3</i>		385	<i>26</i>	345	<i>23</i>	210	<i>21</i>						
	Razem (A+B+C+D+F) - TO		1305	390	915		2850	1453	51%	140	225	30	90	295	29	110	240	26	50	155	29	56	58	114

