

ćwiczenia gimnastyczne	15		15														15		1						1			
ćwiczenia ogólnorozwojowe	12		12										12		1											1		
ćwiczenia plyometryczne	9		9										9		1											1		
koordynacyjne zdolności motoryczne	9		9														9		1							1		
środki ogólnej i specjalnej wytrzymałości biegowej	12		12										12		1											1		
rozciąganie dynamiczne i statyczne	6		6														6	E	1							1		
Zajęcia z WF: Sporty do wyboru***																												
Moduł 1 - 2 z 5: tenis stołowy, speedminton, crossfitness, wspinaczka sportowa, zabawy ruchowe i gry drużynowe	18		18										18		0											0		
Moduł 2 - 2 z 5 karate, judo, samoobrona, wrotkarstwo, kolarstwo MTB	18		18										18		0											0		
Proseminarium dyplomowe	18	18															9		2		9			2	4			
Egzamin dyplomowy																							E	10	10			
Praktyki i obozy																												
Praktyka w klubie	288		288						60		5		60		5		60		5		54		4		54		4	23
Obóz letni	90		90										90		3												3	
Obóz zimowy - narty lub snowboard	60		60										60		2												2	

R A Z E M

Przedmiot	Ogółem godzin	Wykłady	Ćwiczenia	I stopień																								ECTS ogółem		
				I rok								II rok								III rok										
				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg						
				I sem		Egz	ECTS	II sem		Egz	ECTS	III sem		Egz	ECTS	IV sem		Egz	ECTS	V sem		Egz	ECTS	VI sem		Egz	ECTS			
W	Ćw	W	Ćw	W	Ćw			W	Ćw			W	Ćw			W	Ćw			W	Ćw			W	Ćw					
Obciążenie semestralne / ECTS	1631	403	1228	84	141	3	30	56	214	5	30	56	244	2	29	53	301	3	31	95	178	3	30	59	150	4	30	180		
Liczba godzin w semestrze				225				270				300				354				273				209						
Liczba egzaminów w semestrze				3				5				2				3				3				4						
Suma punktów ECTS w roku akadem.				60								60								60										
Liczba godzin w roku akadem.				495								654								482										
Razem godzin na I stopniu studiów				1631																										
Egzaminy	Anatomia funkcjonalna		Antropologia w sporcie		Neuromotoryka		Biomechanika sportu		Zarządzanie i marketing		Metodyka Treningu Sportowego																			
	Biochemia sportu		Teoria sportu		Psychologia sportu		Fizjologia w sporcie		Medycyna sportu		TiM wybranej dyscypliny sportu																			
	Żywnienie i suplementacja		TiM Gimnastyki				TiM ZGS		Przygotowanie wszechstronne w sporcie		Egzamin dyplomowy																			
			TiM Lekkiej Atletyki						Diagnostyka w sporcie																					
			TiM Pływania																											

*do realizacji w ramach każdej z prowadzonych specjalizacji trenerskich po wcześniejszym uzgodnieniu zagadnień z prowadzącym zajęcia specjalizacji

**przedmiot realizowany we współpracy kilku zakładów

***student wybiera 2 z 4 przedmiotów po 9 godzin realizowanych w 4 semestrze