

ćwiczenia gimnastyczne	25		25													25		1					1			
ćwiczenia ogólnorozwojowe	20		20										20		1								1			
ćwiczenia plyometryczne	15		15										15		1								1			
koordynacyjne zdolności motoryczne	15		15													15		1					1			
środki ogólnej i specjalnej wytrzymałości biegowej	20		20										20		1								1			
rozciąganie dynamiczne i statyczne	10		10													10	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	30		30										30		0								0			
Moduł 2 - 2 z 5 karate, judo, samoobrona, wrotkarstwo, kolarstwo MTB	30		30										30		0								0			
Proseminarium dyplomowe	30	30														15		2		15			2			
Egzamin dyplomowy																					E	10	10			
Praktyki i obozy																										
Praktyka w klubie	480		480						100		5		100		5		100		5		90		4	90	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		ECTS		II sem		ECTS		III sem		ECTS		IV sem		ECTS		V sem		ECTS			VI sem		ECTS	
W	Ćw	Egz	ECTS	W	Ćw	Egz	ECTS	W	Ćw	Egz	ECTS	W	Ćw	Egz	ECTS	W	Ćw	Egz	ECTS	W	Ćw	Egz	ECTS					
Obciążenie semestralne / ECTS	2425	605	1820	140	235	3	30	80	334	5	30	80	344	2	29	75	419	3	31	145	274	3	30	85	214	4	30	180
Liczba godzin w semestrze				375				414				424				494				419				299				
Liczba egzaminów w semestrze				3				5				2				3				3				4				
Suma punktów ECTS w roku akadem.				60								60								60								180
Liczba godzin w roku akadem.				789								918								718								
Razem godzin na I stopniu studiów				2425																								
Egzaminy	Anatomia funkcjonalna		Antropologia w sporcie		Neuromotyryka		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 5 przedmiotów po 15 godzin z każdego modułu realizowanych w 4 semestrze