Plan studiów II stopnia kierunek Taniec w kulturze fizycznej - specjalność: Specjalista Body & Mind studia stacjonarne_propozycja 2020

Przedmiot	Ogółem godzin	Wykłady	Ćwiczenia	II stopień 2021/22																	ECTS ogółem
				I rok								II rok									
				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg					
				I sem			ECTS	II sem			ECTS	III sem			ECTS	IV sem			ECTS		
				w	ćw	Egz		w	ćw	Egz		w	ćw	Egz		W	ćw	Egz			
Grupa przedmiotów ogólnych																					
Język obcy	30	0	30		15		2		15		2										4
Organizacja kultury fizycznej	15	15	0					15			1										1
Prawne aspekty zakładania i organizacji działalności gospodarczej, fundacji i stowarzyszeń	15	15	0									15			1						1
Kwalifikowana pierwsza pomoc	15	15	0	15			1														1
Grupa przedmiotów podstawowych																					
Metodologia badań naukowych z elementami statystyki	30	15	15	15	15	E	2,5														2,5
Podstawy kinezyterapii	15	5	10	5	10	E	1,5														1,5
Neurofizjologiczne uwarunkowania bólu i sposoby jego leczenia	15	15	0													15			1		1
Antropomotoryka i diagnostyka w dydaktyce aktywności fizycznej	15	5	10					5	10	E	1,5										1,5
Teoria treningu	15	15	0					15		E	1,5										1,5
Medycyna sportu	15	15	0													15			1		1
Podstawy treningu zdrowotnego	30	15	15									15	15	E	2,5						2,5
Wysiłek fizyczny medycyną jutra	15	5	10													5	10		1		1
Zaburzenia i defekty w statyce ciała	15	5	10					5	10		1										1
Wstęp do dostosowanej aktywności ruchowej	15	5	10									5	10		1						1
Ergonomia ruchu u osób z otyłością i niedoborem masy ciała	20	10	10									10	10		1,5						1,5
Nowoczesne technologie w aktywności fizycznej	15	15	0													15			1		1
Neurobiologia	15	5	10	5	10		1														1
Grupa przedmiotów kierunkowych																					
BLOK KOMPETENCJE SPOŁECZNE																					
Psychologia aktywności fizycznej	10	10	0					10			1										1

Komunikacja interpresonalna	**10**	**10**	**0**					10			**1**									**1**
Psychologia społeczna	**10**	**10**	**0**	10			**1**													**1**
Warsztat kreatywności	**15**	**0**	**15**		15		**1**													**1**
Coaching zdrowotny	**15**	**5**	**10**													5	10		**1**	**1**
BLOK TANIEC																				
Formy ruchu i tańca	**45**	**45**	**0**	15			**1**	15			**1**	15		E	**1,5**					**3,5**
Projekt taneczno-ruchowy	**15**	**15**	**0**	5			**1**	5			**1**	5			**1**					**3**
Improwizacja	**15**	**0**	**15**						15		**1**									**1**
Choreologia praktyczna	**10**	**10**	**0**	10			**1**													**1**
Elementy terapii tańcem	**15**	**0**	**15**		15		**1**													**1**
BLOK FITNESS																				
Metodyka treningu wytrzymałościowego	**15**	**0**	**15**		15	E	**1,5**													**1,5**
Metodyka przygotowania motorycznego i sprawnościowego w tańcu	**15**	**0**	**15**						15	E	**1,5**									**1,5**
Fitness dla zdrowia	**15**	**0**	**15**										15	E	**1,5**					**1,5**
BLOK TECHNIK ŚWIADOMOŚCI CIAŁA																				
Terapia bilateralna i integracja sensoryczna	**10**	**0**	**10**						10		**1**									**1**
Metoda Pilatesa w ujęciu integracji psychofizycznej	**30**	**5**	**25**	5	25	E	**2,5**													**2,5**
Wprowadzenie do Metody Feldenkreisa	**10**	**0**	**10**						10		**1**									**1**
Joga w ujęciu integracji psychofizycznej	**30**	**6**	**24**					6	24		**2**									**2**
Wprowadzenie do Gyrotonic	**15**	**5**	**10**									5	10		**1**					**1**
Wprowadzenie do Gyrokinesis	**10**	**0**	**10**	10			**1**													**1**
Zaawansowane techniki świadomości ciała	**15**	**0**	**15**														15		**1**	**1**
Technika i uważność w ruchu	**15**	**0**	**15**		15		**1**													**1**
Wykłady monograficzne**	**90**	**90**	**0**																	**0**
blok I - sem. 2 (2 z 6)	**15**	**15**	**0**					30			**2**									**2**
Żywienie wybranych grup ludności																				**0**
Żywienie w aktywności fizycznej																				**0**
Biologiczne mechanizmy zachowania																				**0**
Genetyka wysiłku																				**0**
Fizyka sportu																				**0**
Taniec dla osób niewidomych																				**0**
blok II - sem. 3 (2 z 6)	**15**	**15**	**0**									30			**2**					**2**

Dietoprofilaktyka chorób żywieniowozależnych																				**0**
Czynniki kształtujące układ odporności człowieka																				**0**
Biologia procesu starzenia się																				**0**
Metody monitoringu wysiłku fizycznego																				**0**
Andragogika i geragogika																				**0**
Aktywność fizyczna kobiet w ciąży																				**0**
blok III - sem. 4 (2 z 5)	**15**	**15**	**0**													30			**2**	**2**
Psychodietetyka																				**0**
Edukacja zdrowotna i żywieniowa																				**0**
Gerokinezjologia																				**0**
Aktywność fizyczna a jakość życia																				**0**
Stymulacja psychomotoryczna																				**0**
Przedmioty i sporty - do wyboru**	**120**	**0**	**120**																	**0**
blok I - sem. 1 (2 z 6)	15	0	15		30		**2**													**2**
Trening propriorecepcji																				**0**
Gimnastyka senioralna																				**0**
Programy aktywności fizycznej w miejscu pracy																				**0**
Trening ekstremalny																				**0**
Metody pomiarowe w biomechanice tańca																				**0**
Aquafitness																				**0**
blok II - sem. 2 (2 z 6)	15	0	15						30		**2**									**2**
Facylitacja integracji psychofizycznej																				**0**
Projektowanie jadłospisów w aktywności fizycznej																				**0**
Metodyka stretchingu dla różnych grup docelowych																				**0**
Rekreacja taneczno-ruchowa																				**0**
Stabilizacja mobilna																				**0**
Łyżwiarstwo																				**0**
blok III - sem. 3 (2 z 5)	15	0	15										30		**2**					**2**
Fitball																				**0**
Kuchnia dla aktywnych																				**0**
Taniec dla osób z niepełnosprawnością intelektualną i uszkodzeniem zmysłów																				**0**

Zabawy muzyczno-rytmiczne																				**0**
Judo																				**0**
blok IV - sem. 4 (2 z 5)	15	0	15														30		**2**	**2**
Stretching i mobilizacja																				**0**
Metodyka treningu oporowego																				**0**
Nordic walking																				**0**
Zumba - źródło radości i zabawy																				**0**
Aktywność fizyczna w dojrzałej starości																				**0**
Grupa przedmiotów specjalnościowych																				
TiM integracji psychofizycznej*	**75**	**15**	**60**					8	22		**2**	2	28		**2**	5	10		**1**	**5**
Podstawy organizacji i zarządzania projektem	**30**	**30**	**0**	30			**2**													**2**
Taniec dla różnych grup docelowych	**45**	**15**	**30**					15	30	E	**3,5**									**3,5**
Joga dla różnych grup docelowych	**30**	**0**	**30**										30		**2**					**2**
Analiza obciążeń treningowych	**15**	**0**	**15**						15		**1**									**1**
Fitness dla różnych grup docelowych	**15**	**0**	**15**										15		**1**					**1**
Metoda Pilatesa – ćwiczenia na matach dla różnych grup docelowych	**15**	**0**	**15**														15		**1**	**1**
Projekt specjalnościowy	**15**	**15**	**0**													15		E	**7**	**7**
Seminarium magisterskie	**45**	**45**	**0**					15			**1**	15			**1**	15			**1**	**3**
Egzamin magisterski																		E	**12**	**12**
Praktyki																				
Praktyki w technikach świadomości ciała (szkoły tańca, kluby fitness, studio jogi/pilates)	**180**	**0**	**180**		90		**3,5**		90		**3,5**									**7**
Praktyka specjalnościowa	**180**	0	**180**										90		**3,5**		90		**3,5**	**7**

R A Z E M																				
Przedmiot	**Ogółem godzin**	**Wykłady**	**Ćwiczenia**	**II stopień**																
				I rok								**II rok**								**ECTS ogółem**
				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg				
				I sem			**ECTS**	**II sem**			**ECTS**	**III sem**			**ECTS**	**IV sem**			**ECTS**	
				w	**ćw**	**Egz**		**w**	**ćw**	**Egz**		**w**	**ćw**	**Egz**		**W**	**ćw**	**Egz**		
Obciążenie semestralne / ECTS	**1500**	**506**	**994**	125	255	4	28	154	296	4	32,5	117	253	3	24,5	120	180	2	35,5	**120**
Liczba godzin w semestrze				**380**				**450**				**370**				**300**				
Liczba egzaminów w semestrze				**4**				**4**				**3**				**2**				
Suma punktów ECTS w roku akadem.				**60**								**60**								**120**
Liczba godzin w roku akadem.				**830**								**670**								
Razem godzin na II stopniu studiów				**1500**																
				Metodologia badań naukowych z elementami statystyki				**Teoria treningu**				**Fitness dla zdrowia**				**Projekt specjalnościowy**				
				Metoda Pilatesa w ujęciu integracji psychofizycznej				**Antropomotoryka i diagnostyka w dydaktyce aktywności fizycznej**				**Formy ruchu i tańca**				**Egzamin magisterski**				
				Podstawy kinezyterapii				**Taniec dla różnych grup docelowych**				**Podstawy treningu zdrowotnego**								
				Metodyka treningu wytrzymałościowego				**Metodyka przygotowania motorycznego i sprawnościowego w**												

*TiM integracji psychofizycznej jest realizowany blokowo we współpracy kilku zakładów: Metodologia treningu personalnego (5 g. w., 5 g. ćw.), Analiza densytometryczna (4g w., 4g. ćw.), Energetyka wysiłku fizycznego (4g. w., 4g. ćw.), Body image/Obraz ciała (2g. w., 8 g. ćw.), Trening Cognicise - cognition & excercise (10 g. ćw.), BMC - Body Mind Centering (10 g. ćw.), Tai Chi (10 g. ćw.), Qi Gong (9 g. ćw.)

** Realizacja w oparciu o 4 tygodniowe