

Plan studiów II stopnia kierunek Wychowanie Fizyczne - Specjalność: Promocja zdrowia studia niestacjonarne

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		
<b>Grupa przedmiotów przygotowania ogólnego</b>																				
<i>Biologiczny rozwój człowieka</i>	9	6	3	6	3		2											2		
<i>Diagnostyka biomechaniczna aktywności fizycznej</i>	9	3	6									3	6		2			2		
<i>Dietetyka</i>	12	6	6									6	6		2			2		
<i>Filozofia sportu</i>	9	9														9		1		
<i>Fizjologiczna diagnostyka wysiłku fizycznego</i>	18	12	6					12	6	E	2							2		
<i>Biochemiczna diagnostyka wysiłku fizycznego</i>	9	6	3					6	3		1							1		
<i>Komunikacja interpersonalna</i>	6		6		6		1											1		
<i>Metodologia badań naukow.</i>	12	12						12			2							2		
<i>Metody statystyki matemat.</i>	18	9	9									9	9		2			2		
<i>Neuromotoryka</i>	9	9														9		1		
<i>Socjologia kultury fizycznej</i>	9	9		9			1											1		
<b>Grupa przedmiotów przygotowania w zakresie merytorycznym do nauczania przedmiotu wychowanie fizyczne</b>																				
<i>Cyfrowe technologie w aktywności fizycznej</i>	9		9														9	1		
<i>Metodyka ćwiczeń siłowych</i>	9		9										9		1			1		
<i>Formy aktywności w wodzie</i>	9	3	6									3	6		2			2		
<i>Interaktywna edukacja zdrow.</i>	18	9	9	9	9		2											2		
<i>Metodyka zajęć korekcyjno-kompensacyjnych</i>	9	6	3									6	3		2			2		
<i>T i M Gimnastyki</i>	18		18		9		2		9		1							3		
<i>T i M Koszykówki</i>	9		9		9		1											1		
<i>T i M Lekkiej Atletyki</i>	24	3	21					3	6		1					15		2		
<i>T i M Piłki nożnej</i>	9		9										9		1			1		
<i>T i M Piłki ręcznej</i>	9		9													9		1		
<i>T i M Piłki siatkowej</i>	9		9						9		1							1		
<i>T i M Tenisa</i>	18		18		18		1											1		
<i>Teoria edukacji fizycznej</i>	27	12	15	12	15	E	4											4		
<i>Teoria treningu</i>	27	12	15	12	15	E	4											4		
<i>Wych. Fizyczne specjalne</i>	15	9	6									9	6		1			1		

Zabawy i gry drużynowe	15	6	9					6	9		1								1	
Grupa przedmiotów przygotowania w zakresie psychologiczno-pedagogicznym																				
Pedagogika kultury fizycznej	30	15	15					15	15	E	4								4	
Psychologia kultury fizycznej	30	15	15	15	15	E	4												4	
Grupa przedmiotów przygotowania w zakresie dydaktycznym																				
Zaawansowana dydaktyka WF	90	30	60					15	30		3	15	30	E	5				8	
Grupa przedmiotów dla specjalności: Promocja zdrowia																				
spec. Promocja zdrowia	150	55	95																	
Zmiany zachowań zdrowotnych	25	10	15					10	15		3								3	
Zarządzanie stresem	20	10	10					10	10		2								2	
Ekologiczne uwarunkowania zdrowia	15	5	10											5	10		1	1		
Kompendium wiedzy o żywności i żywieniu	25	10	15									10	15		2				2	
Promocja racjonalnego żywienia	10		10													10		1	1	
Projektowanie programów zdrowotnych	25	10	15											10	15	E	2	2		
Psychologia odżywiania	15	5	10									5	10		1				1	
Całozyciowa aktywność fizyczna	15	5	10					5	10		1								1	
Grupa przedmiotów do wyboru																				
Instruktor sportu - zajęcia specjalistyczne*	150	50	100	10	25		1,5	15	25		1,5	10	25		1,5	15	25	E	2,5	7
Zajęcia sport. i edukacyjne do wyboru	54		54																	
blok I – sem. 2 (2 z 8)	18								18		2									2
Elementy integracji sensorycznej w środowisku wodnym	9		9																	
boccia	9		9																	
Goalball	9		9																	
Gimnastyka artystyczna	9		9																	
Taniec	9		9																	
Traumatologia	9		9																	
Gimnastyka senioralna	9		9																	
Projektowanie programów treningowych	9		9																	
blok II – sem. 3 (2 z 8)	18												18		2					2
Aktywna rehabilitacja	9		9																	
Fitness	9		9																	
Genetyka sportu	9		9																	

<i>Gimnastyka terenowa</i>	9		9																
<i>Kulturystryka i trójbój siłowy</i>	9		9																
<i>Nordic walking</i>	9		9																
<i>Wrotkarstwo</i>	9		9																
<i>Pływanie synchroniczne</i>	9		9																
<b>blok III – sem. 4 (2 z 8)</b>	18													18			2		2
<i>Kalistenika</i>	9		9																
<i>Edukacja olimpijska</i>	9		9																
<i>Golf</i>	9		9																
<i>Hokej na trawie</i>	9		9																
<i>Medycyna sportu</i>	9		9																
<i>Metodyka nauczania pływania podstawowego</i>	9		9																
<i>Podstawy treningu zdrowotnego</i>	9		9																
<i>Tenis stołowy dźwiękowy</i>	9		9																
<b>Wykłady monograficzne</b>	45	45																	
<b>blok I - sem. 2 (2 z 4)</b>	18	18					18			2									2
<i>Biologiczne mechanizmy zachowania</i>	9	9																	
<i>Sport w drugiej połowie życia</i>	9	9																	
<i>Przeciwdziałanie agresji</i>	9	9																	
<i>Gerokinezyjologia</i>	9	9																	
<b>blok II - sem. 3 (2 z 4)</b>	18	18							18			2							2
<i>Biologia procesu starzenia się</i>	9	9																	
<i>Lekkoatletyka: geneza, historia, współczesność</i>	9	9																	
<i>Radzenie sobie w sytuacjach trudnych</i>	9	9																	
<i>Biomechanika sportu</i>	9	9																	
<b>blok III - sem. 4 (1 z 4)</b>	9	9											9				1		1
<i>Plastyczność układu nerwowego</i>	9	9																	
<i>korzyści i zagrożenia podejmowania aktywności fizycznej przez osoby niepełnosprawne</i>	9	9																	
<i>Stymulacja psychomotoryczna</i>	9	9																	
<i>Przeciążenia narządu ruchu w wybranych dyscyplinach sportu</i>	9	9																	
<b>Język obcy</b>	18		18		18	E	6												6
<b>Seminarium magisterskie</b>	27	27						9		1	9		1	9			2		4
<b>Egzamin magisterski</b>																E	12		12

Praktyki																	
Prakt. psychol. – pedagog.	30		30		30		1									1	
Prakt. dydakt. w liceum	120		120						60		2		60		2	4	
<b>Razem</b>	<b>1098</b>	<b>378</b>	<b>720</b>													<b>120</b>	
Przedmiot	Ogółem godzin	Wykłady	Ćwiczenia	II stopień													ECTS ogółem
				I rok						II rok							
				15 tyg			15 tyg			15 tyg			15 tyg				
				I sem			II sem			III sem			IV sem				
				w	ćw	Egz	ECTS	w	ćw	Egz	ECTS	w	ćw	Egz	ECTS	W	
Obciążenie semestralne / ECTS	73	172	0	30,5	136	225	0	30,5	103	212	0	29,5	66	111	0	29,5	120
Liczba godzin w semestrze	245			361			315			177							
Liczba egzaminów w semestrze																	
Suma punktów ECTS w roku akadem.	61						59										
Liczba godzin w roku akadem.	606						492										
Razem godzin na II stopniu studiów	1098																
Egzaminy	Psychologia kultury fizycznej	Fizjologiczna diagnostyka wysiłku fizycznego			Zaawansowana dydaktyka WF			Projektowanie programów zdrowotnych									
	Teoria edukacji fizycznej	Pedagogika kultury fizycznej						Egzamin magisterski									
	Teoria treningu																
	Język obcy																

\* wybór specjalizacji instruktorskiej w ramach dyscyplin sportowych:

Piłka nożna, Pływanie, Lekka atletyka, Narciarstwo, Piłka siatkowa, Tenis,

Piłka ręczna, Akrobatyka sportowa, Koszykówka, Żeglarstwo, Fitness, Gimnastyka sportowa, Hokej na trawie, Taniec, Snowboard