

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

Przedmiot	Ogółem godzin	Wykłady	Ćwiczenia	II stopień 2020/21														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>	15	10	5	10	5		2											2		
<i>Diagnostyka biomechaniczna aktywności ruchowej</i>	15	5	10									5	10		2			2		
<i>Dietetyka</i>	20	10	10									10	10		2			2		
<i>Filozofia sportu</i>	15	15														15		1		
<i>Fizjologiczna diagnostyka wysiłku fizycznego</i>	30	20	10					20	10	E	2							2		
<i>Biochemiczna diagnostyka wysiłku fizycznego</i>	15	10	5					10	5		1							1		
<i>Komunikacja interpersonalna</i>	10		10		10		1											1		
<i>Metodologia badań naukow.</i>	20	20						20			2							2		
<i>Metody statystyki matemat.</i>	30	15	15									15	15		2			2		
<i>Neuromotoryka</i>	15	15														15		1		
<i>Socjologia kultury fizycznej</i>	15	15		15			1											1		
<b>Grupa przedmiotów przygotowania w zakresie merytorycznym do nauczania przedmiotu wychowanie fizyczne</b>																				
<i>Cyfrowe technologie w aktywności fizycznej</i>	15		15													15		1		
<i>Metodyka ćwiczeń siłowych</i>	15		15										15		1			1		
<i>Formy aktywności w wodzie</i>	15	5	10									5	10		2			2		
<i>Interaktywna edukacja zdrow.</i>	30	15	15	15	15		2											2		
<i>Metodyka zajęć korekcyjno-kompensacyjnych</i>	15	10	5									10	5		2			2		
<i>T i M Gimnastyki</i>	30		30		15		2		15		1							3		
<i>T i M Koszykówki</i>	15		15		15		1											1		
<i>T i M Lekkiej Atletyki</i>	40	5	35					5	10		1					25		2		
<i>T i M Piłki nożnej</i>	15		15										15		1			1		
<i>T i M Piłki ręcznej</i>	15		15													15		1		
<i>T i M Piłki siatkowej</i>	15		15						15		1							1		
<i>T i M Tenisa</i>	30		30		30		1											1		
<i>Teoria edukacji fizycznej</i>	45	20	25	20	25	E	4											4		
<i>Teoria treningu</i>	45	20	25	20	25	E	4											4		
<i>Wych. Fizyczne specjalne</i>	25	15	10									15	10		1			1		
<i>Zabawy i gry drużynowe</i>	25	10	15					10	15		1							1		

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

Nordic walking	15		15																
Wrotkarstwo	15		15																
Pływanie synchroniczne	15		15																
<b>blok III – sem. 4 (2 z 8)</b>	30													30			2		2
Kalistenika	15		15																
Edukacja olimpijska	15		15																
Golf	15		15																
Hokej na trawie	15		15																
Medycyna sportu	15		15																
Metodyka nauczania pływania podstawowego	15		15																
Podstawy treningu zdrowotnego	15		15																
Tenis stołowy dźwiękowy	15		15																
Wykłady monograficzne	75	75																	
<b>blok I - sem. 2 (2 z 4)</b>	30	30						30			2								2
Biologiczne mechanizmy zachowania	15	15																	
Sport w drugiej połowie życia	15	15																	
Przeciwdziałanie agresji	15	15																	
Gerokinezyjologia	15	15																	
<b>blok II - sem. 3 (2 z 4)</b>	30	30								30			2						2
Biologia procesu starzenia się	15	15																	
Lekkoatletyka: geneza, historia, współczesność	15	15																	
Radzenie sobie w sytuacjach trudnych	15	15																	
Biomechanika sportu	15	15																	
<b>blok III - sem. 4 (1 z 4)</b>	15	15											15				1		1
Plastyczność układu nerwowego	15	15																	
Korzyści i zagrożenia podejmowania aktywności fizycznej przez osoby niepełnosprawne	15	15																	
Stymulacja psychomotoryczna	15	15																	
Przeciążenia narządu ruchu w wybranych dyscyplinach sportu	15	15																	
Język obcy	30		30		30	E	6												6
Seminarium magisterskie	30	30								15		2	15				2		4
Egzamin magisterski																E	12		12
<b>Praktyki i obozy</b>																			
Prakt. psychol. – pedagog.	30		30		30		1												1

Prakt. dydak. w liceum	120		120					60		2		60		2				4		
<b>Razem</b>	<b>1415</b>	<b>505</b>	<b>910</b>															<b>120</b>		
<b>Przedmiot</b>	<b>Ogółem godzin</b>	<b>Wykłady</b>	<b>Ćwiczenia</b>	<b>II stopień</b>																<b>ECTS ogółem</b>
				<b>I rok</b>								<b>II rok</b>								
				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg				
				<b>I sem</b>			<b>ECTS</b>	<b>II sem</b>			<b>ECTS</b>	<b>III sem</b>			<b>ECTS</b>	<b>IV sem</b>			<b>ECTS</b>	
				w	ćw	Egz		w	ćw	Egz		w	ćw	Egz		W	ćw	Egz		
Obciążenie semestralne / ECTS				105	240	0	30,5	165	265	0	29,5	145	260	0	30,5	90	145	0	29,5	120
Liczba godzin w semestrze				345				430				405				235				
Liczba egzaminów w semestrze				4				2				1				2				
Suma punktów ECTS w roku akadem.				60								60								
Liczba godzin w roku akadem.				775								640								
Razem godzin na II stopniu studiów				1415																
<b>Egzaminy</b>				Psychologia kultury fizycznej				Fizjologiczna diagnostyka wysiłku fizycznego				Zaawansowana dydaktyka WF				Projektowanie programów zdrowotnych				
				Teoria edukacji fizycznej				Pedagogika kultury fizycznej								Instruktor sportu				
				Teoria treningu												Egzamin magisterski				
				Język obcy																