

## Plan studiów II stopnia dla kierunku SPORT - specjalność: Trener Osobisty \_ niestacjonarne RW 09.05.2017\_korekta RW 19.09.2017

| Przedmiot  | Ogółem godzin | Wykłady | Ćwiczenia | II stopień |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      | 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 podstawowych</b>  |               |         |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Filozofia sportu   | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        | 9  |     |      | 2           | 2 |   |   |
| Etyka w sporcie  | 9             | 9       |           |            |    |     |      | 9      |    |     | 2    |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   | 2 |   |
| Socjologia sportu  | 18            | 18      |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         | 18 |     |      | 2      |    |     |      |             |   | 2 |   |
| Historia kultury fizycznej   | 9             | 9       |           | 9          |    |     | 2    |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   | 2 |   |
| Metodologia badań naukowych z elementami statystyki  | 18            | 9       | 9         |            |    |     |      | 9      | 9  | E   | 4    |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   | 4 |   |
| Olimpizm   | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        | 9  |     |      |             |   | 2 |   |
| Język obcy   | 18            |         | 18        |            | 9  |     | 2    |        | 9  |     | 2    |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   | 4 |   |
| <b>Grupa przedmiotów kierunkowych</b>  |               |         |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Antropomotoryka  | 27            | 15      | 12        |            |    |     |      |        |    |     |      |         | 15 | 12  | E    | 4      |    |     |      |             |   |   | 4 |
| Cyfrowe technologie w aktywności fizycznej   | 27            | 15      | 12        |            |    |     |      | 15     | 12 | E   | 5    |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   | 5 |
| Kontrola przygotowania motorycznego klienta*   |               |         |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| <i>w warunkach laboratoryjnych</i>   | 18            | 9       | 9         | 9          | 9  |     | 3    |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   | 3 |
| <i>w warunkach terenowych</i>  | 18            |         | 18        |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    | 18  | E    | 3      |    |     |      |             |   |   | 3 |
| Projektowanie, realizacja i kontrola treningu sportowego                                     | 27            | 15      | 12        | 15         | 12 | E   | 5    |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   | 5 |
| Wykłady monograficzne*   | 54            | 54      |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| blok I - sem. 2 (2 z 5)  |               |         |           |            |    |     |      | 18     |    |     | 2    |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   | 2 |
| Biologia procesu starzenia   | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Natura czy kultura - czyli co nas stwarza?   | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Sport w drugiej połowie życia - aspekty społeczne i zdrowotne                                | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Genetyka człowieka   | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Czynniki żywieniowe i środowiskowe modelujące układ odpornościowy                            | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| blok II - sem. 3 (2 z 4)   |               |         |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         | 18 |     |      | 2      |    |     |      |             |   |   | 2 |
| Geny i nasza przyszłość  | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Przeciążenia narządów ruchu w wybranych dyscyplinach sportu i współczesne metody diagnostyki | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Biologiczne mechanizmy zachowania  | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| Diagnostyka psychologiczna w sporcie   | 9             | 9       |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        |    |     |      |             |   |   |   |
| blok III - sem. 4 (2 z 4)  |               |         |           |            |    |     |      |        |    |     |      |         |    |     |      |        | 18 |     |      |             |   | 2 | 2 |



|  |               |         |           |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     |     |      |             |
|--|---------------|---------|-----------|--|-----|-----|------|---|-----|-----|------|--|-----|-----|------|---------------------------|-----|-----|------|-------------|
| Biologiczny rozwój człowieka i biorytmy w spocie | 18            | 9       | 9         |  |     |     |      |   |     |     | 9    | 9  | E   | 3   |      |                           |     |     | 3    |             |
| Elementy relaksacji                              | 9             |         | 9         |  |     |     |      |   | 9   | 2   |      |  |     |     |      |                           |     |     | 2    |             |
| Komunikacja interpersonalna w relacji z klientem | 18            | 9       | 9         |  |     |     |      | 9   | 9   | E   | 4    |  |     |     |      |                           |     |     | 4    |             |
| Łyżwiarstwo                                      | 18            |         | 18        |  | 18  |     | 2    |   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     |     | 2    |             |
| Sport w drugiej połowie życia                    | 18            | 9       | 9         |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      | 9                         | 9   |     | 2    |             |
| Trening propriocepcji                            | 18            |         | 18        |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           | 18  |     | 2    |             |
| Trening zdrowotny                                | 18            | 9       | 9         | 9  | 9   |     | E    | 3   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     |     | 3    |             |
| Seminarium magisterskie                          | 18            | 18      |           |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     | 9    |                           |     | 2   | 9    |             |
| Egzamin magisterski                              |               |         |           |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     | E   | 7    |             |
| <b>Praktyki i obozy</b>                          |               |         |           |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     |     |      |             |
| Praktyka trenerska                               | 60            |         | 60        |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           | 60  |     | 5    |             |
| Trening w klubie**                               | 180           |         | 180       |  | 30  |     | 2    |   | 60  |     | 4    |  | 90  |     | 7    |                           |     |     | 13   |             |
| <b>R A Z E M</b>                                 |               |         |           |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     |     |      |             |
| Przedmiot  | Ogółem godzin | Wykłady | Ćwiczenia | <b>II stopień</b>  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     |     |      | ECTS ogółem |
|  |               |         |           | <b>I rok</b>   |     |     |      |   |     |     |      | <b>II rok</b>                                    |     |     |      |                           |     |     |      |             |
|  |               |         |           | 15 tyg   |     |     |      | 15 tyg  |     |     |      | 15 tyg   |     |     |      | 15 tyg                    |     |     |      |             |
|  |               |         |           | <b>I sem</b>   |     |     | ECTS | <b>II sem</b>                                       |     |     | ECTS | <b>III sem</b>                                   |     |     | ECTS | <b>IV sem</b>             |     |     | ECTS |             |
|  |               |         |           | w  | ćw  | Egz |      | w   | ćw  | Egz |      | w  | ćw  | Egz |      | W                         | ćw  | Egz |      |             |
| Obciążenie semestralne / ECTS                    | 945           | 240     | 705       | 57   | 177 | 2   | 29   | 60  | 186 | 3   | 31   | 69   | 192 | 4   | 28   | 54                        | 150 | 2   | 32   | 120         |
| Liczba godzin w semestrze                        | 234           |         |           |  | 246 |     |      |   | 261 |     |      |  | 204 |     |      |                           |     |     |      |             |
| Liczba egzaminów w semestrze                     | 3             |         |           |  | 3   |     |      |   | 3   |     |      |  | 2   |     |      |                           |     |     |      |             |
| Suma punktów ECTS w roku akadem.                 | 60            |         |           |  |     |     |      |   | 60  |     |      |  |     |     |      |                           | 120 |     |      |             |
| Liczba godzin w roku akadem.                     | 480           |         |           |  |     |     |      |   | 465 |     |      |  |     |     |      |                           |     |     |      |             |
| Razem godzin na II stopniu studiów               | 945           |         |           |  |     |     |      |   |     |     |      |  |     |     |      |                           |     |     |      |             |
|  |               |         |           | Aktywność fizyczna osób starszych                        |     |     |      | Cyfrowe technologie w aktywności fizycznej          |     |     |      | Antropomotoryka                                  |     |     |      | TiM wybranej specjalności |     |     |      |             |
|  |               |         |           | Projektowanie, realizacja i kontrola treningu sportowego |     |     |      | Komunikacja interpersonalna w relacji z klientem    |     |     |      | Biologiczny rozwój człowieka i biorytmy w spocie |     |     |      | Egzamin magisterski       |     |     |      |             |
|  |               |         |           | Trening zdrowotny  |     |     |      | Metodologia badań naukowych z elementami statystyki |     |     |      | Kontrola przygotowania motorycznego klienta      |     |     |      |                           |     |     |      |             |

\*przedmiot realizowany blokowo we współpracy kilku zakładów

\*\*warsztaty treningowe





