

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-----|----|-----|--|--|--|--|--|-----|--|----------|----|-----|----------|----------|----------|----------|----------|----|----------|----------|-----------|-----------|----------|
| 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 | | | 90 | | 4 | | 90 | | 4 |
| Obóz letni | 75 | | 75 | | | | | | | | | | | 75 | | 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 | 2420 | 615 | 1805 | 140 | 235 | 3 | 30 | 90 | 334 | 5 | 30 | 80 | 344 | 2 | 29 | 75 | 404 | 3 | 31 | 145 | 274 | 3 | 30 | 85 | 214 | 4 | 30 | 180 |
| Liczba godzin w semestrze | | | | 375 | | | | 424 | | | | 424 | | | | 479 | | | | 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. | | | | 799 | | | | | | | | 903 | | | | | | | | 718 | | | | | | | | |
| Razem godzin na I stopniu studiów | | | | 2420 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Egzaminy | Anatomia funkcjonalna | Antropologia w sporcie | Neuromotoryka | 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