

HARMONOGRAM REALIZACJI PROGRAMU STUDIÓW NIESTACJONARNYCH DRUGIEGO STOPNIA (PLAN STUDIÓW)

pieczęć jednostki organizacyjnej

Obowiązujący
od roku akademickiego 2019/2020
dla I roku studiów

Kierunek: WYCHOWANIE FIZYCZNE

Rodzaj zajęć: grupa I (W-wykład, WS-wykład specjalistyczny) grupa II (C-ćwiczenia, K-konwersatorium, L-laboratorium, P-praktyki, S-seminarium, W-warsztaty) grupa III (PW-projekt własny, E-e-learning)

Lp.	Przedmiot	kod	forma zal. po semestrze		Rozkład godzin																				Razem godz.	Całkowity nakład pracy studenta	Razem ECTS		
					I rok										II rok														
					1 semestr					2 semestr					3 semestr					4 semestr									
E	ZO	Z	I	NK	II	NK	PW	ECTS	I	NK	II	III	ECTS	I	NK	II	III	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS						
1. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																													
1	Język obcy	0114.7.WF2.A1.JO	4	3,4														15	10	1			15	35	2	30	75	3	
2	Przedmioty z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych:																												
	Etyka	0114.7.WF2.A2.E		1		15	35			2																15	50	2	
	Podstawy ekonomii i marketingu	0114.7.WF2.A2.PEIM		1		15	35			2																15	50	2	
	Filozoficzne systemy w edukacji	0114.7.WF2.A2.FSWE		1		10	15			1																10	25	1	
3	Przedmioty w zakresie wsparcia studentów w procesie uczenia się:			2																									
	Coaching - narzędzie rozwoju osobistego i zawodowego	0114.7.WF2.A3.C-NROIZ										15	10	1													15	25	1
	Higiena psychiczna	0114.7.WF2.A3.HP																											
	Relaksacja	0114.7.WF2.A3.R																											
	razem					40	85	0	0	0	5	0	0	15	10	1	0	0	15	10	1	0	0	15	35	2	85	225	9
2. PRZEDMIOTY PODSTAWOWE/KIERUNKOWE																													
1	Psychologia sportu	0114.7.WF2.B/C1.PS		2								10	15			1										10	25	1	
2	Organizacja i zarządzanie w kulturze fizycznej	0114.7.WF2.B/C2.OiZwKF		4																10	15				1	10	25	1	
3	Prawo w kulturze fizycznej	0114.7.WF2.B/C3.PwKF		1		10	15	10	15	2																20	50	2	
4	Olimpizm	0114.7.WF2.B/C4.O		4																10	15				1	10	25	1	
5	Turystyka szkolna i rekreacja	0114.7.WF2.B/C5.TSIR		1		15	10	15	35	3																30	75	3	
6	Ekologia i ochrona środowiska	0114.7.WF2.B/C6.EiOŚ		3											10	15				1						10	25	1	
7	Podstawy medycyny i traumatologii w wychowaniu fizycznym i sporcie	0114.7.WF2.B/C7.PMiTWWFIS		2								15	35			2										15	50	2	
8	Organizacja imprez sportowo-rekreacyjnych	0114.7.WF2.B/C8.OiS-R		2								10	15	15	35	3										25	75	3	
9	Podstawy treningu zdrowotnego	0114.7.WF2.B/C9.PTZ	2	2								10	15	10	15	2										20	50	2	
10	Pedagogika dla nauczycieli wychowania fizycznego z elementami andragogiki	0114.7.WF2.B/C10.PdNWFzEA		2								10	15			1										10	25	1	
11	Diagnostyka i przygotowanie motoryczne	0114.7.WF2.B/C11.DiPM		2								10	15	15	35	3										25	75	3	

Lp.	Przedmiot	kod	forma zal. po semestrze		Rozkład godzin																									Razem godz.	Całkowity nakład pracy studenta	Razem ECTS
					I rok										II rok																	
					1 semestr					2 semestr					3 semestr					4 semestr												
					E	ZO	Z	I	NK	II	NK	PW	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS				
12	Aktywność fizyczna, edukacja zdrowotna i sport w szkole ponadpodstawowej	0114.7.WF2.B/C12.AFZEZISwSPP	1	1		10	15	10	15		2																	20	50	2		
13	Polityka społeczna i zdrowotna	0114.7.WF2.B/C13.PSIZ		3,4																								20	50	2		
14	Aktywizacja ruchowa seniorów	0114.7.WF2.B/C14.ARS		4																				10	15		1	10	25	1		
15	Wykład monograficzny z nauk o kulturze fizycznej	0114.7.WF2.B/C15.WMzNoKF		3,4																								20	50	2		
16	Wykład monograficzny z nauk o zdrowiu	0114.7.WF2.B/C16.WMzNoZ		2,3																								20	50	2		
17	Metodologia badań naukowych	0114.7.WF2.B/C17.MBN		1		10	15	15	35		3																	25	75	3		
18	Statystyka	0114.7.WF2.B/C18.S		1																								10	25	1		
razem						45	55	60	115	0	11	75	125	40	85	13	40	60	0	0	4	40	60	10	15	5	310	825	33			

GRUPA PRZEDMIOTÓW W ZAKRESIE PRZYGOTOWANIA DO WYKONYWANIA ZAWODU NAUCZYCIELA

19	Psychologiczne podstawy działalności nauczyciela szkoły ponadpodstawowej	0114.7.WF2.B/C19.PPDNSPP		1																										15	25	1	
20	Pedagogiczne podstawy działalności nauczyciela szkoły ponadpodstawowej	0114.7.WF2.B/C20.PPDNSPP		1																											15	25	1
21	Doradztwo edukacyjno-zawodowe	0114.7.WF2.B/C21.DE-Z		1		10	10																								15	25	1
22	Podstawy prawne i organizacyjne systemu oświaty	0114.7.WF2.B/C22.PPIOZO		1		10	15																								10	25	1
23	Język w procesie kształcenia	0114.7.WF2.B/C23.JwPK		1		10	15	10	15		2																				20	50	2
24	Metodyka wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej	0114.7.WF2.B/C24.MWFWsPP	2	1,2		10	15	10	15		2	10	15	10	15	2															40	100	4
25	Gimnastyka	0114.7.WF2.B/C25.G		2										15	35	2															15	50	2
26	Lekkoatletyka	0114.7.WF2.B/C26.L		2										15	35	2															15	50	2
27	Pływanie z elementami ratownictwa	0114.7.WF2.B/C27.PzER		3															15	35	2										15	50	2
28	Piłka siatkowa	0114.7.WF2.B/C28.PS		2										15	35	2															15	50	2
29	Piłka ręczna	0114.7.WF2.B/C29.PR		3															15	35	2										15	50	2
30	Piłka nożna	0114.7.WF2.B/C30.PN		4																						15	35	2			15	50	2
31	Koszykówka	0114.7.WF2.B/C31.K		2										15	35	2															15	50	2
32	Teoria i metodyka sportów walki	0114.7.WF2.B/C32.TIMSW		2										15	35	2															15	50	2

Lp.	Przedmiot	kod	forma zal. po semestrze	Rozkład godzin																								Razem godz.	Całkowity nakład pracy studenta	Razem ECTS				
				I rok												II rok																		
				1 semestr						2 semestr						3 semestr						4 semestr												
				E	ZO	Z	I	NK	II	NK	PW	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS							
33	Gry raketowe*	0114.7.WF2.B/C33.GR		4																		10	15	1	10	25	1							
34	Taniec towarzyski	0114.7.WF2.B/C34.TT		4																		10	15	1	10	25	1							
35	Futsal	0114.7.WF2.B/C35.F		4																		10	15	1	10	25	1							
36	Turystyka żeglarska	0114.7.WF2.B/C36.TZ		4																		30		1	30	30	1							
37	Ćwiczenia siłowe	0114.7.WF2.B/C37.ĆS		4																		10	15	1	10	25	1							
38	Aerobik	0114.7.WF2.B/C38.A		4																		10	15	1	10	25	1							
razem									40	55	40	50	15	8	10	15	85	190	12	0	0	30	70	4	0	0	95	110	8	315	805	32		
RAZEM									125	195	100	165	15	24	85	140	140	285	26	40	60	45	80	9	40	60	120	160	15	710	1855	74		
3. PRZEDMIOTY DO WYBORU																																		
PRACA MAGISTERSKA																																		
1	Seminarium magisterskie	0915.7.FI2J2.E1.SM		1,2,3,4					30	70			4			30	70	4			30	120	6			30	120	6	120	500	20			
razem									0	0	30	70	0	4	0	0	30	70	4	0	0	30	120	6	0	0	30	120	6	120	500	20		
GRUPY PRZEDMIOTÓW DO WYBORU																																		
GRUPA PRZEDMIOTÓW I - przygotowanie w zakresie trenera personalnego																																		
1	Nowe trendy w kulturze fizycznej	0114.7.WF2.FI1.NTWKF		4																		10	15	10	15	2	20	50	2					
2	Żywnościowe wspomaganie treningu	0114.7.WF2.FI2.ŻWT		4																		10	15			1	10	25	1					
3	Komunikacja interpersonalna	0114.7.WF2.FI3.KI		3												10	15	15	35	3							25	75	3					
4	Podstawy treningu personalnego	0114.7.WF2.FI4.PTP		3												10	15	15	35	3							25	75	3					
5	Podstawy masażu w odnowie biologicznej	0114.7.WF2.FI5.PMwOB		4																		10	15	10	15	2	20	50	2					
6	Teoria i praktyka treningu wytrzymałościowego	0114.7.WF2.FI6.TIPTW		3												10	15	15	35	3							25	75	3					
7	Teoria i praktyka różnych form treningu siłowego	0114.7.WF2.FI7.TIPRFTS		4																		10	15	15	35	3	25	75	3					
8	Nowoczesne formy gimnastyki i fitnessu	0114.7.WF2.FI8.NFGIF		4																			10	15	1	10	25	1						
razem									0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	45	45	105	9	40	60	45	80	9	160	450	18
GRUPA PRZEDMIOTÓW II - przygotowanie w zakresie odnowy biologicznej																																		
1	Metody fizykalne	0114.7.WF2.FI1.MF		3												10	15	15	35	3							25	75	3					
2	Masaż sportowy i rekreacyjny z refleksoterapią	0114.7.WF2.FI2.MSIR2R		4																			15	35	2	15	50	2						
3	Podstawy teoretyczne odnowy biologicznej w sporcie i rekreacji	0114.7.WF2.FI3.PTOBwSIR		3												10	15	10	15	2							20	50	2					
4	Fizjologiczne podstawy odnowy biologicznej	0114.7.WF2.FI4.FPOB		4																		10	15	10	15	2	20	50	2					
5	Psychologiczne i pedagogiczne środki odnowy biologicznej	0114.7.WF2.FI5.PIPSOB		3												10	15			1							10	25	1					
6	Dietetyka i suplementacja w sporcie	0114.7.WF2.FI6.DISwS		4																		10	15	10	15	2	20	50	2					
7	Metody specjalne odnowy biologicznej	0114.7.WF2.FI7.MSOB		4																		10	15	15	35	3	25	75	3					
8	Programowanie odnowy psychosomatycznej w treningu w różnych dyscyplinach	0114.7.WF2.FI8.POPwTWRD		3												10	15	15	35	3							25	75	3					
razem									0	0	0	0	0	0	0	40	60	40	85	9	30	45	50	100	9	160	450	18						

Lp.	Przedmiot	kod	forma zal. po semestrze		Rozkład godzin																				Razem godz.	Całkowity nakład pracy studenta	Razem ECTS									
					I rok										II rok																					
					1 semestr					2 semestr					3 semestr					4 semestr																
					E	ZO	Z	I	NK	II	NK	PW	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS	I	NK	II	NK	ECTS	I				NK	II	NK	ECTS					
GRUPA PRZEDMIOTÓW III - przygotowanie w zakresie gimnastyki korekcyjnej																																				
1	<i>Teoria i praktyka postępowania korekcyjnego</i>	0114.7.WF2.FIII1.TIPPK		3																				20	50	2										
2	<i>Diagnostyka postawy ciała</i>	0114.7.WF2.FIII2.DPC		4																				25	75	3										
3	<i>Kwalifikacja lekarska do zajęć z wychowania fizycznego</i>	0114.7.WF2.FIII3.KLdZzWF		4																				20	50	2										
4	<i>Patobiomechanika</i>	0114.7.WF2.FIII4.P		3																				10	25	1										
5	<i>Zabawy i gry o charakterze korekcyjnym</i>	0114.7.WF2.FIII5.ZIGoChK		4																				20	50	2										
6	<i>Metodyka gimnastyki korekcyjnej</i>	0114.7.WF2.FIII6.MGK		3																				25	75	3										
7	<i>Metody relaksacji</i>	0114.7.WF2.FIII7.MR		4																				15	50	2										
8	<i>Postępowanie korekcyjno-kompensacyjne w jednostce lekcyjnej</i>	0114.7.WF2.FIII8.PK-KwJL		3																				25	75	3										
razem						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	45	80	35	65	9	30	45	50	100	9	160	450	18
4. PRAKTYKI																																				
1	<i>Praktyka zawodowa dydaktyczna (szkoła ponadpodstawowa)</i>	0114.7WF2.D1.PZD(SPP)		3																					45	150	6									
2	<i>Praktyka zawodowa psychologiczno-pedagogiczna ciągła (szkoła ponadpodstawowa)</i>	0114.7WF2.D1.PZP-PC(SPP)		1			15	35		2															15	50	2									
razem						0	0	15	35	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	60	200	8									
Razem przedmioty 1-4																																				
RAZEM z GRUPĄ PRZEDMIOTÓW I								125	195	145	270	15	30	85	140	170	355	30	70	105	165	410	30	80	120	195	360	30	1056	3011	120					
RAZEM z GRUPĄ PRZEDMIOTÓW II								125	195	145	270	15	30	85	140	170	355	30	80	120	160	390	30	70	105	200	380	30	1056	3011	120					
RAZEM z GRUPĄ PRZEDMIOTÓW III								125	195	145	270	15	30	85	140	170	355	30	85	140	155	370	30	70	105	200	380	30	1056	3011	120					

1. Studenta obowiązuje szkolenie dotyczące BHP (na zal.) w wymiarze 4 godzin na I semestrze. 2. Studenta obowiązuje szkolenie biblioteczne (na zal.) w wymiarze 2 godzin na I semestrze.

* tenis ziemny, tenis stołowy, badminton, crossminton, squash

NK - godziny niekontaktowe bez udziału nauczyciela akademickiego

PW - projekt własny