

Akademia Wychowania Fizycznego
im. Jerzego Kukuczki
w Katowicach

WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
ORGANIZACJA ROKU
AKADEMICKIEGO 2025/2026
studia stacjonarne i niestacjonarne

KIERUNKI:

studia stacjonarne:

- wychowanie fizyczne – I stopień, II stopień
- turystyka i rekreacja – I stopień, II stopień
- aktywność fizyczna i żywienie w zdrowiu publicznym – I stopień
- trener zdrowia – I stopień
- trener osobisty z dietetyką sportową – II stopień
- sport – I stopień
- ~~health trainer~~ – I stopień

studia niestacjonarne:

- wychowanie fizyczne – II stopień
- turystyka i rekreacja – II stopień
- trener osobisty z dietetyką sportową – II stopień
- sport – I stopień

Katowice, kwiecień 2025

Zarządzenie Nr 4/2025
Dziekana Wydziału Wychowania Fizycznego
Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach
z dnia 17 kwietnia 2025 roku
w sprawie ustalenia szczegółowej organizacji roku akademickiego 2025/2026
dla stacjonarnych i niestacjonarnych studiów I i II stopnia
prowadzonych na Wydziale Wychowania Fizycznego.

Działając na podstawie § 14 ust. 1 Regulaminu Studiów, zarządzam co następuje:

§ 1.

Ustalam szczegółową organizację roku akademickiego 2025/2026 dla stacjonarnych i niestacjonarnych studiów I i II stopnia prowadzonych na Wydziale Wychowania Fizycznego.

§ 2.

Organizacja roku akademickiego 2025/2026 studia stacjonarne i niestacjonarne stanowi załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia.

§ 3.

Wszelkie zmiany dokonywane w organizacji roku akademickiego 2025/2026 studia stacjonarne i niestacjonarne wynikające m.in. z likwidacji grup studenckich, wyborami przedmiotów przez studentów, itp. będą podawane do publicznej wiadomości na stronie internetowej Wydziału Wychowania Fizycznego.

§ 4.

Zarządzenie podaje się do publicznej wiadomości poprzez zamieszczenie na stronie Biuletynu Informacji Publicznej AWF Katowice.

§ 5.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podjęcia.

Katowice, dnia 17 kwietnia 2025 r.

D Z I E K A N
WYDZIAŁU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
dr Wiesław Garbaciak, prof. AWF Katowice

studia stacjonarne 2025/2026

Liczba grup studenckich

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
WYCHOWANIE FIZYCZNE				
3-letnie studia pierwszego stopnia	I	7*	14*	Iab, IIab, IIIab, IVab,Vab, VIab, VIIab
	II	profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku		
		3	6	Iab, IIab, IIIab
		taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej		
		1	2	IVab
	III	profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku		
		2	4	Iab, IIab
		taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej		
		1	2	IIIab
	2-letnie studia drugiego stopnia	I	4*	8*
II		funkcjonalny trening zdrowotny osób w średnim i starszym wieku		
		2	3	Iab, IIa
		1**	trening sportowy	
			1	IVa
			trening motoryczny w tańcu, fitnessie i sportach artystycznych	
1		IIIa		

* Liczba grup wg limitów przyjęć

** Przedmioty realizowane są wspólnie, za wyjątkiem przedmiotów z zakresu specjalności i przedmiotów do wyboru

studia stacjonarne 2025/2026

Liczba grup studenckich

Rodzaj studiów	Rok		Liczba grup			
			dziekańskie	ćwiczeniowe	numer grupy	
TURYSTYKA I REKREACJA						
3-letnie studia pierwszego stopnia	I	sem.1	4*	8*	Iab, IIab, IIIab, IVab	
		sem. 2	rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną			
			Liczba grup zostanie podana po wyborze przez studentów			
			pilotaż i organizacja imprez turystycznych			
			Liczba grup zostanie podana po wyborze przez studentów			
			turystyka eventowa			
			Liczba grup zostanie podana po wyborze przez studentów			
	II	pilotaż i organizacja imprez turystycznych		1	2	Iab
				turystyka eventowa		
				1	2	IIab
				rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną		
				1	2	IIIab
				pilotaż i organizacja imprez turystycznych		1
		turystyka eventowa				
	III	1	2	IIab		
		rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną				
		1	2	IIIab		
		2-letnie studia drugiego stopnia	I**	2*	turystyka aktywna	
					1*	Ia
	turystyka alternatywna					
	1*				IIa	
turystyka i rekreacja zdrowotna						
1*	IIIa					

* Liczba grup wg limitów przyjęć

** Liczba grup podana orientacyjnie, ostateczna liczba grup dotycząca specjalności zostanie podana po zakończonej rekrutacji

studia stacjonarne 2025/2026

Liczba grup studenckich

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM				
3-letnie studia pierwszego stopnia	I	4*	8*	Iab, IIab, IIIab, IVab
	II	2	4	Iab, IIab
	III	trening w otyłości i chorobach przewlekłych		
		3	5	Iab, IIab, IIIa

* Liczba grup wg limitów przyjęć

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
TRENER ZDROWIA				
3-letnie studia pierwszego stopnia	I	3*	6*	Iab, IIab, IIIab
	II	2	3	Iab, IIa

* Liczba grup wg limitów przyjęć

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ				
2-letnie studia drugiego stopnia	I	3*	6*	Iab, IIab, IIIab
	II	trener przygotowania motorycznego		
		1	2	Iab

* Liczba grup wg limitów przyjęć

studia stacjonarne 2025/2026

Liczba grup studenckich

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
SPORT				
3-letnie studia pierwszego stopnia	I**	trener przygotowania motorycznego		
		4*	8*	Iab, IIab, IIIab, IVab
		trener przygotowania mentalnego		
		1*	2*	VIIab
		trener wybranej dyscypliny sportu		
		2*	4*	Vab, VIab
	II	trener przygotowania motorycznego		
		3	6	Iab, IIab, IIIab
		trener wybranej dyscypliny sportu		
		1	2	IVab
	III	trener przygotowania motorycznego		
		2	4	Iab, IIab
		trener wybranej dyscypliny sportu		
		1	2	IIIab

* Liczba grup wg limitów przyjęć

** Liczba grup podana orientacyjnie, ostateczna liczba grup dotycząca specjalności zostanie podana po zakończonej rekrutacji

studia niestacjonarne 2025/2026

Liczba grup studenckich

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
WYCHOWANIE FIZYCZNE				
2-letnie studia drugiego stopnia	I	2*	4*	Iab, IIab
	II	trening sportowy		
		1	2	IIab
		opiekun osoby starszej / asystent osoby niepełnosprawnej		
		1	1	Ia

* Liczba grup wg limitów przyjęć

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	numer grupy
TURYSTYKA I REKREACJA				
2-letnie studia drugiego stopnia	I**	turystyka aktywna		
		1*	1*	Ia
		turystyka alternatywna		
		1*	1*	IIa
		turystyka i rekreacja zdrowotna		
		1*	1*	IIIa

* Liczba grup wg limitów przyjęć

** Liczba grup podana orientacyjnie, ostateczna liczba grup dotycząca specjalności zostanie podana po zakończonej rekrutacji

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ				
2-letnie studia drugiego stopnia	I	2*	4*	Iab, IIab
	II	trener przygotowania motorycznego		
		1	2	Iab

* Liczba grup wg limitów przyjęć

studia niestacjonarne 2025/2026

Liczba grup studenckich

Rodzaj studiów	Rok	Liczba grup		
		dziekańskie	ćwiczeniowe	
SPORT				
3-letnie studia pierwszego stopnia	I*	trener przygotowania motorycznego		
		1*	2*	Iab
		trener przygotowania mentalnego		
		1*	2*	IIab
		trener wybranej dyscypliny sportu		
		1*	2*	IIIab
	II	trener przygotowania motorycznego		
		1	2	Iab
	III	trener przygotowania motorycznego		
		1	1	Ia

* Liczba grup wg limitów przyjęć

** Liczba grup podana orientacyjnie, ostateczna liczba grup dotycząca specjalności zostanie podana po zakończonej rekrutacji. Przedmioty realizowane są w dwóch grupach dziekańskich Iab, IIab, IIIab za wyjątkiem przedmiotów z zakresu specjalności

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	30.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym (10-11.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu: 12.11.2025 – zajęcia środowe 13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe 14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	01.10.2025 – 20.01.2026
Dzień integracyjny	15.10.2025
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **10.02.2026**

Egzaminy

Przedmiot	Iab, IIab, IIIab, IVab, Vab, VIab, VIIab	Popr.
Anatomia	26.01	02.02
Teoria wychowania fizycznego	28.01	04.02

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
Wybory w semestrze 2: - specjalności - FAR - obozu szkoleniowego zimowego - obozu szkoleniowego letniego	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 19.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. **23.06.2026**

Sesja poprawkowa	01.09.2026 – 11.09.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	15.09.2026

Egzaminy

Przedmiot	Iab, IIab, IIIab, IVab, Vab, VIab, VIIab	Popr.
Biochemia	15.06	07.09
Antropomotoryka	17.06	09.09

WYCHOWANIE FIZYCZNE
stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

Lp.	Przedmiot	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Anatomia	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Biochemia	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-2
3.	Higiena szkolna	26	0	2	0	0	0	W	ZO-1
4.	Antropomotoryka	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-2
5.	Podstawy edukacji zdrowotnej	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
6.	Teoria wychowania fizycznego	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
7.	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
8.	Gimnastyka	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-3
9.	Lekka atletyka	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-3
10.	Pływanie	0	26	2	0	26	2	Ć-1 sem. Ć-2 sem.	ZO/E-3
11.	Koszykówka	0	26	2	0	0	0		D
12.	Piłka nożna	0	0	0	0	26	2	D	ZO/E-5
13.	Piłka ręczna	0	0	0	0	26	2	D	ZO/E-5
14.	Podstawy nauczania na odległość	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
15.	Prawo i organizacja w kulturze fizycznej	0	0	0	13	0	1	W	ZO-2
16.	Ochrona własności intelektualnej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
17.	Podstawy dydaktyki	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO-1
18.	Pedagogika	26	13	3	13	13	2	W/D	ZO-2
19.	Warsztaty pedagogiczne*	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
20.	Psychologia	26	13	3	26	13	3	W/D	ZO-2
21.	Warsztaty psychologiczne*	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
22.	Emisja głosu	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
23.	Szkolenie BHP 4 godziny	4	-	-	-	-	-	-	ZZ-1
	Razem	186	208	30	117	273	30		

* Zajęcia ściśle zintegrowane z realizacją praktyk pedagogicznych

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalności: profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku

taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej

semestr 3

Praktyka w ramach przygotowania psychologiczno – pedagogicznego (32 godz.)

15.09.2025 – 26.09.2025

Zajęcia w semestrze zimowym

01.10.2025 – 03.02.2026

(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych

wg odrębnego harmonogramu:

13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe

14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Obóz szkoleniowy zimowy (do wyboru)

Narciarstwo zjazdowe; Snowboard

I termin 13.12.2025 – 20.12.2025

II termin 10.01.2026 – 16.01.2026

Narciarstwo biegowe

I termin 10.01.2026 – 16.01.2026

Sesja egzaminacyjna

09.02.2026 – 13.02.2026

Sesja poprawkowa

16.02.2026 – 20.02.2026

Przerwa międzysemestralna

23.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

24.02.2026

Egzaminy

Przedmiot	profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku			taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej	Popr.
	Iab	IIab	IIIab	IVab	
Fizjologia	11.02				18.02
Gimnastyka	10.02				17.02
Lekka atletyka	09.02				16.02
Pływanie	12.02				19.02

Przedmiot	taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej	Popr.
	IVab	
Metodyka tańca klasycznego	13.02	20.02

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalności: profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku

taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej

semestr 4

Praktyka asystencka w szkole podstawowej (*wychowanie fizyczne – 50 godz.*)

02.03.2026 – 20.03.2026

Zajęcia w semestrze letnim

23.03.2026 – 10.07.2026

Wybory w semestrze 4:

- specjalizacji instruktora sportu
- terenowych form aktywności lekkoatletycznej
- wykładu monograficznego

Przerwa świąteczna wiosenna

02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa

01.05.2026 – 06.05.2026

Obóz szkoleniowy letni (do wyboru)

Letnie formy aktywności

I termin 14.06.2026 – 21.06.2026

II termin 23.08.2026 – 30.08.2026

Windsurfing

I termin 14.06.2026 – 21.06.2026

II termin 30.08.2026 – 06.09.2026

Sesja egzaminacyjna

13.07.2026 – 17.07.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.

21.07.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia obozu szkoleniowego letniego w USOS

08.09.2026

Sesja poprawkowa

07.09.2026 – 11.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.

15.09.2026

Egzaminy

Przedmiot	profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku			taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej	Popr.
	Iab	IIab	IIIab	IVab	
Antropologia	15.07				09.09
Biomechanika	13.07				07.09
Koszykówka	14.07				08.09
Siatkówka	16.07				10.09

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalności: profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku

taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Przedmiot	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Antropologia	0	0	0	13	26	3	W/ D	ZO/E-4
2.	Fizjologia	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-3
3.	Biomechanika	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-4
4.	Metodyka wychowania fizycznego	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
5.	Rytmika i taniec	0	0	0	0	13	1	D	ZO-6
6.	Gimnastyka	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-3
7.	Lekka atletyka	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-3
8.	Pływanie	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-3
9.	Koszykówka	0	0	0	0	26	2	Ć	ZO/E-4
10.	Siatkówka	0	26	2	0	26	2	D-3 sem. Ć-4 sem.	ZO/E-4
11.	Zabawy i gry ruchowe	0	26	2	0	13	1	D	ZO-4
12.	Praktyka w ramach przygotowania psychologiczno-pedagogicznego	0	32	2	0	0	0	–	ZO-3
13.	Praktyka asystencka w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne)	0	0	0	0	50	3	–	ZO-4
14.	Grupa zajęć z zakresu specjalności*	39	52	7	13	91	8	–	–
15.	FAR****	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
16.	Obóz szkoleniowy letni ***	0	0	0	0	52	4	–	ZO-4
17.	Obóz szkoleniowy zimowy **	0	52	4	0	0	0	–	ZO-3
	Razem	65	331	30	52	339	30		

*** Grupa zajęć do wyboru z zakresu specjalności.**

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - PROFILAKTYKA, KOMPENSACJA I KOREKCJA
W KAŻDYM WIEKU

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metodyka postępowania profilaktycznego i kompensacyjno-korekcyjnego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-5
2.	Biomedyczne podstawy profilaktyki, kompensacji i korekcji	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
3.	Gry i zabawy ruchowe w profilaktyce, kompensacji i korekcji	0	0	0	0	13	1	D	ZO-5
4.	Kinezylogia edukacyjna w profilaktyce, kompensacji i korekcji	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
5.	Wady postawy	0	26	2	0	13	1	D	ZO-4
6.	Diagnostyka wad postawy	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-4
7.	Fizjologiczne aspekty wad postawy	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
8.	Biomechanika wad postawy	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
9.	Management w profilaktyce, kompensacji i korekcji	13	0	1	0	0	0	W	ZO-3
	Razem	39	52	7	13	91	8		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - TANIEC I ARTYSTYCZNE FORMY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metodyka tańca klasycznego	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-3
2.	Metodyka tańca współczesnego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
3.	Metodyka tańca towarzyskiego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
4.	Podstawy muzyki i rytmiki	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
5.	Historia i wiedza o tańcu	13	0	1	0	0	0	W	ZO-3
6.	Metodyka tańca ludowego	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
7.	Podstawy form fitness	0	0	0	13	39	4	W/ D	ZO/E-6
	Razem	39	52	7	13	91	8		

**** Obóz szkoleniowy zimowy**

semestr 3

1. Narciarstwo zjazdowe - 4 D
2. Snowboard - 2 D

***** Obóz szkoleniowy letni****semestr 4**

1. Letnie formy aktywności - 4 D
2. Windsurfing - 2 D

****** FAR**

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (3 semestr) kierunek sport

semestr 3

1. Skoki na trampolinie - 1 D
2. Judo - 2 D
3. Wspinaczka halowa - 3 D
4. Stermierka - 1 D

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE

(nieobowiązkowe odpłatne)

3-letnie studia pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek sport oraz 2-letnimi studiami drugiego stopnia I rok (2 semestr) kierunek wychowanie fizyczne

Przedmioty realizowane na specjalizacji trenerskiej zajęcia w danym sporcie

(przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów wg oferty w semestrze 4)

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 4 (I°)			grupy	E/Z
		semestr 2 (II°)				
		w.	ćw.	ECTS		
1.	Pedagogika sportu	0	10	1	D	ZO-4
2.	Żywnienie	0	10	1	D	ZO-4
3.	Zarządzanie i marketing	0	10	1	D	ZO-4
4.	Zajęcia specjalistyczne w danym sporcie	0	90	9	Ć	ZO-4
	Razem	0	120	12		

Specjalizacja kończy się **egzaminem w semestrze szóstym. (dot. studiów pierwszego stopnia)**

Specjalizacja kończy się **egzaminem w semestrze czwartym. (dot. studiów drugiego stopnia)**

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalności: profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku

taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej

semestr 5

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w semestrze zimowym (gimnastyka korekcyjna oraz taniec) 25.08.2025 – 07.09.2025

Praktyka dydaktyczna w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne – 50 godz.)

15.09.2025 – 03.10.2025

Zajęcia w semestrze zimowym

06.10.2025 – 30.01.2026

(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych

wg odrębnego harmonogramu:

13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe

14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)

Specjalizacja instruktora sportu – narciarstwo alpejskie, snowboard 29.11.2025 – 06.12.2025

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Praktyka z zakresu specjalności profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku (30 godz.)

06.10.2025 – 30.01.2026

Praktyka z zakresu specjalności taniec i artystyczne formy aktywności – Taniec (30 godz.)

06.10.2025 – 30.01.2026

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w semestrze letnim (profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku oraz fitness)

07.01.2026 – 25.01.2026

Sesja egzaminacyjna

02.02.2026 – 06.02.2026

Sesja poprawkowa

09.02.2026 – 13.02.2026

Przerwa międzysemestralna

16.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

17.02.2026

Egzaminy

Przedmiot	profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku		taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej	Popr.
	Iab	IIab	IIIab	
Historia kultury fizycznej i olimpizm	02.02			09.02
Piłka nożna	04.02			11.02
Piłka ręczna	06.02			13.02

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalności: profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku

taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej

semestr 6

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 17.06.2026
Specjalizacja instruktora sportu – narciarstwo alpejskie, snowboard	28.03.2026 – 04.04.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Praktyka z organizacji szkolnych imprez sportowych (20 godz.)	02.03.2026 – 17.06.2026
Praktyka z zakresu specjalności profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku (30 godz.)	02.03.2026 – 17.06.2026
Praktyka z zakresu specjalności taniec i artystyczne formy aktywności – Fitness (30 godz.)	02.03.2026 – 17.06.2026
Sesja egzaminacyjna	22.06.2026 – 26.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 28.06.2026

Sesja poprawkowa 29.06.2026 – 03.07.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 05.07.2026

Pierwszy cykl egzaminu dyplomowego 29.06.2026 – 03.07.2026

Drugi cykl egzaminu dyplomowego 06.07.2026 – 10.07.2026

Poprawkowy egzamin dyplomowy 07.09.2026 – 11.09.2026

Egzaminy

Przedmiot	profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku		taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej	Popr.
	Iab	IIab	IIIab	
Teoria sportu	22.06			29.06
Metodyka wychowania fizycznego	23.06			30.06
Język obcy	24.06			01.07
Specjalizacja trenerska	Do ustalenia z prowadzącym			
Specjalizacja instruktora sportu				

Przedmiot	profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku		Popr.
	Iab	IIab	
Egzamin końcowy	25.06		02.07

Przedmiot	<i>taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej</i>	Popr.
	<i>IIIab</i>	
Podstawy form fitness	25.06	02.07

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalności: profilaktyka, kompensacja i korekcja w każdym wieku

taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Przedmiot	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metody oceny wydolności fizycznej	0	0	0	0	13	1	D	ZO-6
2.	Teoria sportu	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-6
3.	Filozofia – elementy etyki	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-6
4.	Historia kultury fizycznej i olimpizm	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-5
5.	Metodyka wychowania fizycznego	0	26	2	13	13	2	Ć-5 sem. W/D-6 sem.	ZO/E-6
6.	Rytmika i taniec	0	13	1	0	13	1	D	ZO-6
7.	Piłka nożna	0	26	2	0	0	0	Ć	ZO/E-5
8.	Piłka ręczna	0	26	2	0	0	0	Ć	ZO/E-5
9.	Język obcy ¹	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
10.	Technologia informacyjna	0	13	1	0	13	1	D	ZO-6
11.	Pierwsza pomoc przedmedyczna	0	0	0	0	26	2	Ć	ZO-6
12.	Podstawy prowadzenia działalności gospodarczej	0	0	0	13	0	1	W	ZO-6
13.	Praktyka dydaktyczna w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne)	0	50	3	0	0	0	-	ZO-5
14.	Praktyka z organizacji szkolnych imprez sportowych	0	0	0	0	20	1	-	ZO-6
15.	Grupa zajęć z zakresu specjalności*	56	52	8	26	69	7	-	ZO-6
16.	Specjalizacja instruktora sportu**	0	65	5	0	65	5	D	ZO/E-6
17.	Wykład monograficzny***	0	0	0	13	0	1	W	ZO-6
18.	Terenowe formy aktywności lekkoatletycznej****	0	13	1	0	13	1	D	ZO-6
	Razem	82	323	30	104	310	31		

¹ Język obcy – język angielski

* Grupa zajęć do wyboru z zakresu specjalności

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - PROFILAKTYKA, KOMPENSACJA I KOREKCJA W KAŻDYM WIEKU

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metodyka postępowania profilaktycznego i kompensacyjno-korekcyjnego	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-5
2.	Gry i zabawy ruchowe w profilaktyce, kompensacji i korekcji	0	13	1	0	0	0	D	ZO-5
3.	Podstawy treningu medycznego	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-5
4.	Profilaktyka, kompensacja i korekcja w dysharmonii morfofunkcjonalnej	0	0	0	26	13	3	W/D	ZO-6
5.	Pływanie w profilaktyce, kompensacji i korekcji	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
6.	Praktyka semestr 5	30	0	2	0	0	0	-	ZO-5
7.	Praktyka semestr 6	0	0	0	0	30	2	-	ZO-6
8.	Egzamin końcowy	0	0	0	0	0	0	-	E-6
	Razem	56	52	8	26	69	7		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - TANIEC I ARTYSTYCZNE FORMY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metodyka nowoczesnych form tanecznych	0	26	2	0	0	0	D	ZO-5
2.	Metodyka tańca charakterystycznego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
3.	Zasady kompozycji tańca	26	0	2	0	0	0	W	ZO-5
4.	Literatura taneczna	0	0	0	13	0	1	W	ZO-6
5.	Podstawy form fitness	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
6.	Praktyka (Taniec)	30	0	2	0	0	0	-	ZO-5
7.	Praktyka (Fitness)	0	0	0	30	0	2	-	ZO-6
	Razem	56	52	8	43	52	7		

**** do wyboru specjalizacja instruktora sportu (w wymiarze 130 godz.)**

Uzyskanie zaliczenia ze specjalizacji jest obligatoryjne, ale nie daje uprawnień instruktorskiego. Warunkiem uzyskania uprawnień instruktora sportu jest uzyskanie zaliczenia oraz pozytywna ocena z egzaminu końcowego. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów. Egzamin jest fakultatywny i nie jest wymagany do zaliczenia semestru (roku) studiów.

SPECJALIZACJA INSTRUKTORA SPORTU

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek sport oraz 2-letnimi studiami drugiego stopnia II rok (3 i 4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne

semestr 5 i 6

- | | |
|--------------------------|-------|
| 1. Akrobatyka sportowa | - 1 D |
| 2. Badminton | - 2 D |
| 3. Kulturystyka | - 3 D |
| 4. Lekka atletyka | - 1 D |
| 5. Narciarstwo alpejskie | - 1 D |
| 6. Piłka nożna | - 1 D |
| 7. Pływanie | - 1 D |
| 8. Snowboard | - 1 D |
| 9. Tenis | - 3 D |

***** WYKŁAD MONOGRAFICZNY**

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek sport

semestr 6

- | | |
|--|-------|
| 1. Sport kobiet | - 1 W |
| 2. Teoretyczne podstawy sportów indywidualnych | - 1 W |

******TERENOWE FORMY AKTYWNOŚCI LEKKOATLETYCZNEJ**

*wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek sport
(Przedmioty w semestrze 6 realizowane będą w formie wyjazdowej)*

semestr 5 i 6

- | | |
|--|-------|
| 1. Nordic walking | - 3 D |
| 2. Zarządzanie czasem wolnym – lekkoatletyczne formy ruchu | - 3 D |

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE**(nieobowiązkowe odpłatne) - kontynuacja**

3-letnie studia pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek wychowanie fizyczne wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek sport oraz 2-letnimi studiami drugiego stopnia II rok (3 i 4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w ramach specjalizacji trenerskiej w semestrze letnim 07.01.2026 – 25.01.2026

Praktyka w ramach specjalizacji trenerskiej (30 godz.) 02.03.2026 – 17.06.2026

Przedmioty realizowane na specjalizacji trenerskiej zajęcia w danym sporcie

1. Piłka nożna - 1 Ć
2. Pływanie - 1 Ć
3. Piłka siatkowa - 1 Ć

Grupy dziekańskie – 1

I: Piłka nożna + Pływanie + Piłka siatkowa

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5 (I°)			semestr 6 (I°)			grupy	E/Z
		semestr 3 (II°)			semestr 4 (II°)				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Fizjologia sportu	0	0	0	0	10	1	D	ZO-6
2.	Biochemia sportu	0	10	1	0	0	0	D	ZO-5
3.	Biomechanika sportu	0	0	0	0	10	1	D	ZO-6
4.	Psychologia sportu	0	10	1	0	0	0	D	ZO-5
5.	Odnowa biologiczna	0	10	1	0	0	0	D	ZO-5
6.	Zajęcia specjalistyczne w danym sporcie	0	90	9	0	90	9	Ć	ZO-5,6
7.	Praktyka specjalistyczna	0	0	0	0	30	3	-	ZO-6
	Razem	0	120	12	0	140	14		

Specjalizacja kończy się **egzaminem w semestrze szóstym. (dotyczy studiów pierwszego stopnia)**

Specjalizacja kończy się **egzaminem w semestrze czwartym. (dotyczy studiów drugiego stopnia)**

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok I

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	30.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
<i>(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych</i>	
<i>wg odrębnego harmonogramu:</i>	
<i>13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe</i>	
<i>14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)</i>	
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Wybory w semestrze 1:	
- seminarium dyplomowego	
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS	10.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Teoria treningu	26.01	02.02
Metodologia badań naukowych	28.01	04.02

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
Wybory w semestrze 2:	
- <i>specjalności</i>	
- <i>FAR</i>	
- <i>przedmiotów teoretycznych</i>	
- <i>specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej</i>	
- <i>specjalizacji dodatkowej</i>	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 26.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	30.06.2026
Sesja poprawkowa	01.09.2026 – 11.09.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	15.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Fizjologia wysiłku fizycznego	15.06	07.09
Medycyna sportu	17.06	08.09
Diagnostyka i przygotowanie motoryczne	19.06	09.09
Monitorowanie lekcji	22.06	10.09
Wychowanie fizyczne specjalne	24.06	11.09

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - I rok

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Przedmiot	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Pedagogika kultury fizycznej	0	13	1	0	0	0	D	ZO -1
2.	Filozofia	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
3.	Socjologia	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
4.	Ekologia z ochroną środowiska	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
5.	Fizjologia wysiłku fizycznego	13	26	3	0	13	1	W/D	ZO/E-2
6.	Medycyna sportu	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO/E-2
7.	Biomechaniczna analiza ruchu	13	26	3	0	13	1	W/D	ZO-2
8.	Diagnostyka i przygotowanie motoryczne	13	26	3	0	13	1	W/D	ZO/E-2
9.	Identyfikacja potencjału sprawnościowego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
10	Teoria treningu	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-1
11.	Adaptowana aktywność fizyczna	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
12.	Wychowanie fizyczne specjalne	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO/E-2
13.	Monitorowanie lekcji	13	13	2	0	13	1	W/ D-1 sem. Ć-2 sem.	ZO/E-2
14.	Pedeutologia	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
15.	Metodyka rekreacji ruchowej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
16.	Metodyka zajęć muzyczno-ruchowych	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
17.	Sporty indywidualne	-	-	-	-	-	-	-	-
a)	Gimnastyczno-akrobatyczne formy ruchu	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
b)	Lekkoatletyczne formy ruchu	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
c)	Sporty wodne	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
18.	Sporty zespołowe	-	-	-	-	-	-	-	-
a)	Koszykówka	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
b)	Piłka nożna	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
c)	Piłka ręczna	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
d)	Siatkówka	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
19.	Metodologia badań naukowych	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
20.	Ochrona własności intelektualnej	0	0	0	13	0	1	W	ZO-2
21.	Język obcy ¹	0	26	2	0	26	2	D	ZO-2
22.	Seminarium dyplomowe	0	0	0	0	13	1	*S	ZO/E4
23.	Szkolenie BHP	4	0	0	0	0	0	-	-
	Razem	134	260	30	65	325	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

¹ Język obcy – język angielski

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE (nieobowiązkowe odpłatne) 2-letnie studia drugiego stopnia I rok (2 semestr) kierunek wychowanie fizyczne wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne oraz 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek sport - podane na str. 14

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalności: funkcjonalny trening zdrowotny osób w średnim i starszym wieku

trening sportowy

trening motoryczny w tańcu, fitnessie i sportach artystycznych

semestr 3

Praktyka w szkole ponadpodstawowej (wychowanie fizyczne) – 60 godz.

15.09.2025 – 10.10.2025

Zajęcia w semestrze zimowym

13.10.2025 – 06.02.2026

(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych

wg odrębnego harmonogramu:

13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe

14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)

Specjalizacja instruktora sportu – narciarstwo alpejskie, snowboard 29.11.2025 – 06.12.2025

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w semestrze letnim (trening motoryczny w tańcu, fitnessie i sportach artystycznych)

07.01.2026 – 25.01.2026

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w semestrze letnim (opiekun osoby starszej/asystent osoby niepełnosprawnej)

07.01.2026 – 25.01.2026

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Sesja egzaminacyjna

09.02.2026 – 13.02.2026

Sesja poprawkowa

16.02.2026 – 20.02.2026

Przerwa międzysemestralna

23.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

24.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>trening sportowy</i>	<i>Popr.</i>
	<i>IVa</i>	
Metabolizm wysiłkowy	09.02	16.02

<i>Przedmiot</i>	<i>trening motoryczny w tańcu, fitnessie i sportach artystycznych</i>	<i>Popr.</i>
	<i>IIIa</i>	
Trening funkcjonalny z akcentem na sprawność motoryczną tancerza	09.02	16.02

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalności: funkcjonalny trening zdrowotny osób w średnim i starszym wieku

trening sportowy

trening motoryczny w tańcu, fitnessie i sportach artystycznych

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 17.06.2026
Specjalizacja instruktora sportu – narciarstwo alpejskie, snowboard	28.03.2026 – 04.04.2026
<i>Praktyka z zakresu specjalności trening motoryczny w tańcu, fitnessie i sportach artystycznych (26 godz.)</i>	02.03.2026 – 17.06.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	22.06.2026 – 26.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	30.06.2026
Sesja poprawkowa	29.06.2026 – 03.07.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	07.07.2026

I termin złożenia pracy magisterskiej	26.06.2026
I cykl egzaminu magisterskiego	06.07.2026 – 10.07.2026
II termin złożenia pracy magisterskiej	15.09.2026
II cykl egzaminu magisterskiego	23.09.2026 – 30.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIa, IIIa, IVa</i>	<i>Popr.</i>
Specjalizacja dodatkowa	do ustalenia z prowadzącym	
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej	22.06	29.06
Specjalizacja trenerska	do ustalenia z prowadzącym	
Egzamin dyplomowy – terminy indywidualne w cyklach egzaminu magisterskiego		

<i>Przedmiot</i>	<i>funkcjonalny trening zdrowotny osób w średnim i starszym wieku</i>	<i>Popr.</i>
	<i>Iab, IIa</i>	
Podstawy gerontologii	24.06	01.07

WYCHOWANIE FIZYCZNE

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalności: funkcjonalny trening zdrowotny osób w średnim i starszym wieku

trening sportowy

trening motoryczny w tańcu, fitnessie i sportach artystycznych

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Przedmiot	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Psychologia sportu	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
2.	Turystyka szkolna	13	0	1	0	0	0	W	ZO-3
3.	Praktyka w szkole ponadpodstawowej	0	60	5	0	0	0	-	ZO-3
4.	Statystyka	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-3
5.	Zarządzanie kulturą fizyczną	13	0	1	0	0	0	W	ZO-3
6.	Grupa zajęć w ramach specjalności**	26	104	10	26	91	9	-	-
7.	Seminarium dyplomowe	0	13	1	0	13	1	*S	ZO/E-4
8.	Formy aktywności ruchowej (1)	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
9.	Formy aktywności ruchowej (1)	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
10.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych (2)	0	0	0	26	0	2	W/D	ZO-4
11.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych (2)	0	0	0	26	0	2	W/D	ZO-4
12.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu (3)	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
13.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu (3)	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
14.	Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej (4)	0	0	0	26	0	2	W/D	ZO-4
15.	Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej (4)	0	0	0	26	0	2	W/D	ZO-4
16.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej (5)	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-4
17.	Specjalizacja dodatkowa (6)	0	65	5	0	65	5	D	ZO/E-4
	Razem	65	385	35	182	208	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

** GRUPA ZAJĘĆ DO WYBORU W RAMACH SPECJALNOŚCI

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI - FUNKCJONALNY TRENING ZDROWOTNY OSÓB
W ŚREDNIM I STARSZYM WIEKU

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Podstawy gerontologii	13	26	3	13	13	2	W/D	ZO/E-4
2.	Fizjologiczne podstawy treningu zdrowotnego	0	0	0	13	0	1	W	ZO-4
3.	Żywnienie i suplementacja w treningu zdrowotnym	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
4.	Metodyka treningu zdrowotnego	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-3
5.	Gimnastyka w treningu zdrowotnym	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
6.	Techniki relaksacyjne w treningu zdrowotnym	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
7.	Funkcjonalny trening oporowy	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
8.	Taniec i aerobik w treningu zdrowotnym	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
9.	Gry i zabawy ruchowe w treningu zdrowotnym	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
10.	Aqua Fitness z elementami pływania w treningu zdrowotnym	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
11.	Terenowe formy aktywności ruchowej w treningu zdrowotnym	0	13	1	0	13	1	D	ZO-4
12.	Psychologia wieku średniego i starszego	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
13.	Organizacja imprez sportowo-rekreacyjnych	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
	Razem	26	104	10	26	91	9		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI – TRENING SPORTOWY

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metabolizm wysiłkowy	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
2.	Fizjologia sportu	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-3
3.	Periodyzacja żywienia w sporcie	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
4.	Periodyzacja i planowanie w treningu sportowym	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-4
5.	Kontrola motoryczna	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-4
6.	Czynniki psychologiczne w sporcie wyczynowym	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
7.	Biochemiczne monitorowanie treningu sportowego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
8.	Biomechanika sportu	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
9.	Specyfika kształtowania zdolności motorycznych kobiet	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
	Razem	26	104	10	26	91	9		

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Trening funkcjonalny z akcentem na sprawność motoryczną tancerza	13	39	4	0	0	0	W/D	ZO/E-3
2.	Aplikacje mobilne i wirtualna rzeczywistość w treningu tanecznym i fitnessie	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
3.	Gimnastyka artystyczna i akrobatyka w treningu tanecznym	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
4.	Żywnienie i suplementacja w sportach artystycznych	13	0	1	0	0	0	W	ZO-3
5.	Analiza funkcjonalna ruchu w treningu tanecznym i akrobatyce	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
6.	Trening taneczny w aerobiku sportowym	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
7.	Mind & Body w tańcu i fitnessie	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
8.	Zajęcia projektowe „taniec i fitness w nauce i praktyce”	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
9.	Kinezyjologia tańca	0	0	0	13	0	1	W	ZO-4
10.	Neurofizjologia tańca	0	0	0	13	0	1	W	ZO-4
11.	Praktyka	0	0	0	0	26	2	-	ZO-4
	Razem	26	104	10	26	91	9		

(1) Formy aktywności ruchowej (2 do wyboru):

semestr 4

1. Boot Camp - 1 D
2. Joga - 1 D
3. Kajakarstwo - 1 D
4. Piłka nożna plażowa - 1 D
5. Siatkówka plażowa - 1 D

(2) Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych

(2 do wyboru):

semestr 4

1. Dyscyplina w klasie i zespole sportowym – 1W
2. Emisja głosu – trening dykcyjny – 1W
3. Przeciwdziałania agresji w szkole – 1D

(3) Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu (2 do wyboru):

semestr 3

1. Regeneracja i odnowa biologiczna w sporcie – 1W
2. Żywnienie i suplementacja w sporcie – 1W

(4) Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej (2 do wyboru):

semestr 4

1. Diagnozowanie aktywności fizycznej dzieci i młodzieży – 1D
2. Nowoczesne technologie informatyczne w wychowaniu fizycznym i sporcie – 1W
3. Podstawy form fitness – 1W

(5) Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej (1 do wyboru):

semestr 3 i 4

1. Fitness – aquafitness - 1D
2. Fitness – funkcjonalny trening siłowy - 1D
3. Samoobrona - 1D

(6) Specjalizacja dodatkowa:

(1 do wyboru – specjalizacja instruktora sportu lub trener personalny)

SPECJALIZACJA INSTRUKTORA SPORTU

semestr 3 i 4

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunku wychowanie fizyczne oraz 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunku sport – podane na str. 19

Uzyskanie zaliczenia ze specjalizacji instruktora sportu jest obligatoryjne, ale nie daje uprawnień instruktorskiego. Warunkiem uzyskania uprawnień instruktora sportu jest uzyskanie zaliczenia oraz pozytywna ocena z egzaminu końcowego. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów. Egzamin jest fakultatywny i nie jest wymagany do zaliczenia semestru (roku) studiów.

1. Trener personalny – 1D

(przedmioty wchodzące w realizację specjalizacji w tabeli poniżej)

SPECJALIZACJA DODATKOWA – TRENER PERSONALNY

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Dietetyczne i suplementacyjne wspomaganie w sporcie i rekreacji	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
2.	Kształtowanie sylwetki ciała	0	26	2	0	26	2	D	ZO-4
3.	Aerobowe formy aktywności fizycznej	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
4.	Identyfikacja potencjału motorycznego	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
5.	Nowoczesne formy treningu siłowego	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
6.	Trening dzieci oraz osób starszych	0	13	1	0	0	0	D	ZO-4
7.	Egzamin końcowy	-	-	-	-	-	-	-	E-4
	Razem	0	65	5	0	65	5		

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE

(nieobowiązkowe odpłatne) - kontynuacja

2 letnie studia drugiego stopnia II rok (3 i 4 semestr) kierunku wychowanie fizyczne wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunku wychowanie fizyczne oraz 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunku sport – podane na str. 20

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną

pilotaż i organizacja imprez turystycznych

turystyka eventowa

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny

30.09.2025

Zajęcia w semestrze zimowym

01.10.2025 – 20.01.2026

(10-11.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych

wg odrębnego harmonogramu:

12.11.2025 – zajęcia środowe

13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe

14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)

Dzień integracyjny

15.10.2025

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Wybory w semestrze 1:

- specjalności

Sesja egzaminacyjna

26.01.2026 – 30.01.2026

Sesja poprawkowa

02.02.2026 – 06.02.2026

Przerwa międzysemestralna

09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

10.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Podstawy turystyki	26.01	02.02
Geografia turystyczna	28.01	04.02
Podstawy rekreacji	30.01	06.02

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną

pilotaż i organizacja imprez turystycznych

turystyka eventowa

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim

02.03.2026 – 12.06.2026

Wybory w semestrze 2:

- język obcy drugi do wyboru

- wykładu monograficznego

- specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej I

- form aktywności ruchowej

Przerwa świąteczna wiosenna

02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa

01.05.2026 – 06.05.2026

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w zakresie turystyki lub rekreacji w semestrze zimowym (III)

11.05.2026 – 29.05.2026

Sesja egzaminacyjna

15.06.2026 – 19.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.

23.06.2026

Sesja poprawkowa

01.09.2026 – 11.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.

15.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Zarządzanie	15.06	07.09
Prawo	17.06	09.09

Egzaminy dla specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną

<i>Przedmiot</i>		<i>Popr.</i>
Kinezyjologia	19.06	11.09

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną

pilotaż i organizacja imprez turystycznych

turystyka eventowa

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Ekonomia	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO-1
2.	Zarządzanie	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-2
3.	Psychologia	26	0	2	0	0	0	W	ZO-1
4.	Socjologia	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
5.	Filozofia	0	0	0	13	0	1	W	ZO-2
6.	Anatomia narządu ruchu	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
7.	Podstawy fizjologii człowieka	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
8.	Podstawy turystyki	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-1
9.	Geografia turystyczna	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-1
10.	Podstawy turystyki aktywnej	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
11.	Historia turystyki i rekreacji	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
12.	Podstawy rekreacji	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-1
13.	Animacja czasu wolnego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
14.	Rekreacja osób starszych i niepełnosprawnych	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
15.	Współczesne formy spędzania czasu wolnego	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
16.	Obsługa ruchu turystycznego	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
17.	Ekonomika turystyki i rekreacji	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
18.	Profilaktyka i promocja zdrowia	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
19.	Fitness	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
20.	Język angielski	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
21.	Technologia informacyjna	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
22.	Prawo	0	0	0	26	13	3	W/D	ZO/E-2
23.	Podstawy nauczania na odległość	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
24.	Grupa zajęć z zakresu specjalności*	0	0	0	13	26	3	-	ZO/E-2
25.	Szkolenie BHP	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	173	234	31	143	247	30		

*** Grupa zajęć z zakresu specjalności**

SPECJALNOŚĆ: PILOTAŻ I ORGANIZACJA IMPREZ TURYSTYCZNYCH

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Bezpieczeństwo i higiena w turystyce	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
	Razem	0	0	0	13	26	3		

SPECJALNOŚĆ: REKREACJA RUCHOWA Z ODNOWĄ PSYCHOSOMATYCZNĄ

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Kinezyjologia	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-2
	Razem	0	0	0	13	26	3		

SPECJALNOŚĆ: TURYSTYKA EVENTOWA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Wprowadzenie do turystyki eventowej	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
	Razem	0	0	0	13	26	3		

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

*specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną
pilotaż i organizacja imprez turystycznych
turystyka eventowa*

semestr 3

Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu: 13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe 14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	
Praktyka w zakresie turystyki lub rekreacji (240 godzin)	23.06.2025 – 30.01.2026
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w zakresie turystyki lub rekreacji oraz w zakresie specjalizacji w semestrze letnim (IV)	01.12.2025 – 31.12.2025
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **10.02.2026**

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS **13.02.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Ekologia i ochrona środowiska	26.01	02.02
Historia architektury i sztuki	28.01	04.02
Trening zdrowotny	30.01	06.02

Egzaminy: specjalność pilotaż i organizacja imprez turystycznych

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Geografia regionalna świata	25.01	03.02

Egzaminy: specjalność turystyka eventowa

<i>Przedmiot</i>	<i>IIab</i>	<i>Popr.</i>
Kreowanie produktów turystyki eventowej	25.01	03.02

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

*specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną
pilotaż i organizacja imprez turystycznych
turystyka eventowa*

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim 02.03.2026 – 12.06.2026

Praktyka w zakresie turystyki lub rekreacji (120 godzin) 01.02.2026 – 31.08.2026

Praktyka w zakresie specjalności (120 godzin) 01.02.2026 – 31.08.2026

Wybory w semestrze 4:

- terenowych form aktywności

- specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej II

- form aktywności ruchowej

- specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej realizowanej w formie obozu turystyki kwalifikowanej

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w zakresie specjalności w semestrze zimowym (V) 11.05.2026 – 29.05.2026

Przerwa świąteczna wiosenna 02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa 01.05.2026 – 06.05.2026

Sesja egzaminacyjna 15.06.2026 – 19.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 23.06.2026

Sesja poprawkowa 01.09.2026 – 11.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 15.09.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS 14.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej I	15.06	07.09

Egzaminy: specjalność pilotaż i organizacja imprez turystycznych

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Planowanie i organizacja imprez turystycznych	17.06	09.09

Egzaminy: specjalność turystyka eventowa

<i>Przedmiot</i>	<i>IIab</i>	<i>Popr.</i>
Organizacyjne i prawne aspekty realizacji eventów	17.06	09.09

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną

pilotaż i organizacja imprez turystycznych

turystyka eventowa

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Historia architektury i sztuki	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
2.	Ekologia i ochrona środowiska	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
3.	Podstawy terenoznawstwa	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-4
4.	Organizacja imprez rekreacyjnych	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
5.	Zagospodarowanie w turystyce i rekreacji	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-4
6.	Trening zdrowotny	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
7.	Kinezypsychoprofilaktyka	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-3
8.	Pierwsza pomoc przedmedyczna	0	0	0	0	13	1	Ć	ZO-4
9.	Profilaktyka jogą	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
10.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej I**	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-4
11.	Formy aktywności ruchowej***	0	26	2	0	26	2	D	ZO-6
12.	Wykład monograficzny****	0	0	0	13	0	1	W	ZO-4
13.	Język angielski	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
14.	Język obcy drugi do wyboru*****	0	39	3	0	39	3	D	ZO-6
15.	Ochrona własności intelektualnej	0	0	0	13	0	1	W	ZO-4
16.	Praktyka w zakresie turystyki lub rekreacji	0	240	4	0	120	2	-	ZO-3,4
17.	Praktyka w zakresie specjalności	0	0	0	0	120	2	-	ZO-4
18.	Grupa zajęć z zakresu specjalności*	26	26	4	26	39	5	-	-
	Razem	104	474	30	78	500	30	-	-

*** GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI**

SPECJALNOŚĆ: PILOTAŻ I ORGANIZACJA IMPREZ TURYSTYCZNYCH

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Planowanie i organizacja imprez turystycznych	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-4
2.	Psychologiczne i socjologiczne aspekty pilotażu	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-4
3.	Geografia regionalna świata	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-3
	Razem	26	26	4	26	39	5		

SPECJALNOŚĆ: REKREACJA RUCHOWA Z ODNOWĄ PSYCHOSOMATYCZNĄ

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Podstawy odnowy psychosomatycznej	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
2.	Rekreacja w profilaktyce zdrowia psychospołecznego	0	0	0	26	0	2	W	ZO-4
3.	Pilates	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
4.	Kulturalno-rozrywkowe formy rekreacji	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
5.	Geocaching	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
	Razem	26	26	4	26	39	5		

SPECJALNOŚĆ: TURYSTYKA EVENTOWA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Organizacyjne i prawne aspekty realizacji eventów	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-4
2.	Potencjał GOP dla turystyki eventowej	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-4
3.	Kreowanie produktów turystyki eventowej	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-3
	Razem	26	26	4	26	39	5		

**** Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej I**

Zaliczenie Specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej I jest obligatoryjne. Warunkiem uzyskania uprawnień jest uzyskanie zaliczenia i pozytywna ocena z egzaminu końcowego. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów. Egzamin jest fakultatywny i nie jest wymagany do zaliczenia danego semestru studiów.

Semestr 3 i 4 (1 przedmiot do wyboru)

1. Fitness - funkcjonalny trening siłowy - 1 D
2. Fitness nowoczesne formy gimnastyki - 1 D
3. Fitness w ciąży i po porodzie - 1 D
3. Pływanie rekreacyjne - 1 D
4. Samoobrona - 1 D

***** Formy aktywności ruchowej**

Semestr 3 (1 przedmiot do wyboru):

1. Badminton rekreacyjny - 1 D
2. Fitness dance - 1 D
3. Full body workout - 1 D

Semestr 4 (1 przedmiot do wyboru):

1. Rekreacyjne odmiany piłki siatkowej - 1 D
2. Taniec - 1 D
3. Samoobrona i sporty walki - 1 D

****** Wykład monograficzny**

Semestr 4 (1 przedmiot do wyboru):

1. Teoretyczne podstawy sportów indywidualnych - 1 W

******* Język obcy drugi do wyboru**

Semestr 3 i 4:

1. Język hiszpański - 3 D

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

*specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną
pilotaż i organizacja imprez turystycznych
turystyka eventowa*

semestr 5

Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu: 13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe 14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Praktyka w zakresie specjalności (240 godzin)	23.06.2025 – 30.01.2026
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **10.02.2026**

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS **13.02.2026**

Egzaminy dla specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną

<i>Przedmiot</i>	<i>IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Metodyka i programowanie rekreacji ruchowej	26.01	02.02

Egzaminy dla specjalności: turystyka eventowa

<i>Przedmiot</i>	<i>IIab</i>	<i>Popr.</i>
Marketing eventów	26.01	02.02

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

*specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną
pilotaż i organizacja imprez turystycznych
turystyka eventowa*

semestr 6

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 19.06.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej realizowana w formie obozu turystyki kwalifikowanej	24.05.2026 – 31.05.2026
Sesja egzaminacyjna	22.06.2026 – 26.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	28.06.2026
Sesja poprawkowa	29.06.2026 – 03.07.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	05.07.2026
Pierwszy cykl egzaminu dyplomowego	29.06.2026 – 03.07.2026
Drugi cykl egzaminu dyplomowego	06.07.2026 – 10.07.2026
Poprawkowy egzamin dyplomowy	07.09.2026 – 11.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Język angielski	22.06	29.06
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej II	do ustalenia z prowadzącym zajęcia	
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej	podczas obozu turystyki kwalifikowanej	

Egzaminy dla specjalności: *pilotaż i organizacja imprez turystycznych*

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia</i>	<i>Popr.</i>
Organizacja wycieczki turystycznej w praktyce	podczas wycieczki turystycznej	
Turystyka szkolna i młodzieżowa	24.06	01.07

Egzaminy dla specjalności: *turystyka eventowa*

<i>Przedmiot</i>	<i>IIab</i>	<i>Popr.</i>
Organizacja eventu w praktyce	24.06	01.07

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalności: rekreacja ruchowa z odnową psychosomatyczną

pilotaż i organizacja imprez turystycznych

turystyka eventowa

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Turystyka i rekreacja na obszarach chronionych	0	0	0	26	0	2	W	ZO-6
2.	Krajoznawstwo	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO-5
3.	Terytorialne systemy rekreacyjne	0	13	1	0	0	0	D	ZO-5
4.	Hotelarstwo	0	26	2	0	0	0	D	ZO-5
5.	Turystyka i rekreacja zdrowotna	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-5
6.	Działalność biznesowa w turystyce i rekreacji	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
7.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej II (1)	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-6
8.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej (2)**	0	0	0	0	78	6	D	ZO/E-6
9.	Formy aktywności ruchowej(3)	0	26	2	0	26	2	D	ZO-6
10.	Terenowe formy aktywności(4)	0	13	1	0	13	1	D	ZO-6
11.	Język angielski	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
12.	Język obcy drugi do wyboru(5)	0	39	3	0	39	3	D	ZO- 6
13.	Praktyka w zakresie specjalności	0	240	4	0	0	0	-	ZO-5
14.	Grupa zajęć z zakresu specjalności*	39	52	7	39	78	9	-	-
	Razem	78	500	30	65	325	30		

** zajęcia realizowane w formie obozu turystyki kwalifikowanej z możliwością uzyskania dodatkowych uprawnień

*** GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI**

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI PILOTAŻ I ORGANIZACJA IMPREZ TURYSTYCZNYCH

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Dziedzictwo kulturowe	26	0	2	0	0	0	W	ZO-5
2.	Ubezpieczenia i prawo turystyczne	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-5
3.	Turystyka szkolna i młodzieżowa	0	0	0	26	0	2	W	ZO/E-6
4.	Warsztat pracy pilota	0	26	2	0	0	0	D	ZO-5
5.	Organizacja wycieczki turystycznej w praktyce	0	0	0	13	78	7	W/D	ZO/E-6
	Razem	39	52	7	39	78	9		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI REKREACJA RUCHOWA Z ODNOWĄ PSYCHOSOMATYCZNĄ

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metodyka i programowanie rekreacji ruchowej	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-5
2.	Techniki relaksacyjne	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-6
3.	Masaż w odnowie psychosomatycznej	0	0	0	13	39	4	W/Ć	ZO-6
4.	Elementy treningu mentalnego / coaching w rekreacji	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-5
5.	Podstawy kinezyprofilaktyki	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-6
	Razem	39	52	7	39	78	9		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI TURYSTYKA EVENTOWA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Geografia eventów	26	0	2	0	0	0	W	ZO-5
2.	Marketing eventów	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-5
3.	Nowe trendy w turystyce eventowej	0	0	0	26	0	2	W	ZO-6
4.	Projektowanie terenowych eventów dla turystyki aktywnej	0	26	2	0	0	0	D	ZO-5
5.	Organizacja eventu w praktyce	0	0	0	13	78	7	W/D	ZO/E-6
	Razem	39	52	7	39	78	9		

(1) Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej II

Semestr 5 i 6 (1 przedmiot do wyboru):

1. Kinezygerontoprofilaktyka - 1 D
2. Wspinaczka halowa - 1 D
3. Snowboard rekreacyjny - 1 D
4. Narciarstwo powszechne zjazdowe - 1 D

(2) Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej

(w formie obozu turystyki kwalifikowanej)

Semestr 6 (1 przedmiot do wyboru):

1. Kajakarstwo turystyczne - 1 D
2. Turystyka rowerowa - 1 D
3. Wspinaczka skałkowa - 1 D
4. Windsurfing - 1 D

(3) Formy aktywności ruchowej:

Semestr 5 (1 przedmiot do wyboru):

1. Fitness i wellness - 1 D
2. Badminton rekreacyjny - 1 D

Semestr 6 (1 przedmiot do wyboru):

1. Dance fitness show - 1 D
2. Full Body Workout - 1 D

(4) Terenowe formy aktywności

Semestr 5 (1 przedmiot do wyboru):

1. Fitness Boot Camp - 1 D
2. Nordic Walking - 1 D

Semestr 6 (1 przedmiot do wyboru):

1. Lekkoatletyczne formy treningu - 1 D
2. Survival - 1 D

(5) Język obcy drugi do wyboru

Semestr 5 i 6:

1. Język hiszpański - 2 D
2. Język angielski zawodowy w turystyce - 1D

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 2 - letnie studia drugiego stopnia - rok I

*specjalności: turystyka aktywna
turystyka i rekreacja zdrowotna
turystyka alternatywna*

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	30.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym (10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu: 13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe 14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	01.10.2025 – 20.01.2026
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Wybory w semestrze 1: - język obcy do wyboru - seminarium dyplomowe	
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS 10.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia, IIa, IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Historia kultury	26.01	02.02
Socjologia czasu wolnego	28.01	04.02

Egzaminy dla specjalności: turystyka aktywna

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia</i>	<i>Popr.</i>
Turystyka aktywna	30.01	06.02

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 2 - letnie studia drugiego stopnia - rok I

specjalności: turystyka aktywna

turystyka i rekreacja zdrowotna

turystyka alternatywna

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim

02.03.2026 – 12.06.2026

Wybory w semestrze 2:

- wykładu monograficznego

- specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej realizowanej w formie obozu turystyki kwalifikowanej

Przerwa świąteczna wiosenna

02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa

01.05.2026 – 06.05.2026

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w semestrze zimowym (III)

11.05.2026 – 29.05.2026

Sesja egzaminacyjna

15.06.2026 – 19.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.

23.06.2026

Sesja poprawkowa

01.09.2026 – 11.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.

15.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia, IIa, IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Diagnostyka pozytywnych mierników zdrowia	15.06	07.09

Egzaminy dla specjalności: turystyka i rekreacja zdrowotna

<i>Przedmiot</i>	<i>IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Rekreacyjny trening zdrowotny	17.06	09.09

Egzaminy dla specjalności: turystyka alternatywna

<i>Przedmiot</i>	<i>IIa</i>	<i>Popr.</i>
Backpacking	17.06	09.09

TURYSTYKA I REKREACJA

stacjonarne 2 - letnie studia drugiego stopnia - rok I

specjalności: turystyka aktywna

turystyka i rekreacja zdrowotna

turystyka alternatywna

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Bioróżnorodność	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
2.	Historia kultury	26	0	2	0	0	0	W	ZO/E-1
3.	Socjologia czasu wolnego	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
4.	Problemy polityczne współczesnego świata a turystyka	0	0	0	26	0	2	W	ZO-2
5.	Polityka turystyczna	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
6.	Regiony turystyczne	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO-2
7.	Turystyka sportowa	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
8.	Turystyka przemysłowa	0	0	0	26	13	3	W/D	ZO-2
9.	Zagadnienia rekreacji i czasu wolnego w badaniach naukowych	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
10.	Rynek usług turystycznych i rekreacyjnych	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
11.	Zarządzanie organizacjami sportowymi i turystycznymi	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
12.	Prawo w turystyce i rekreacji	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
13.	Diagnostyka pozytywnych mierników zdrowia	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-2
14.	Fitness i wellness	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
15.	Zarządzanie stresem	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
16.	Statystyka matematyczna	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
17.	Informatyka w turystyce i rekreacji	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
18.	Metodologia badań naukowych	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
19.	Seminarium magisterskie	0	0	0	0	13	1	*	ZO/E-4
20.	Język angielski	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-3
21.	Język obcy – do wyboru***	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
22.	Ochrona własności intelektualnej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
23.	Grupa zajęć z zakresu specjalności**	26	39	5	26	65	7	-	-
24.	Szkolenie BHP 4 godziny	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	186	208	30	156	234	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

****Grupa zajęć z zakresu specjalności**

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI: TURYSTYKA AKTYWNA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Turystyka aktywna	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Geograficzne i kulturowe uwarunkowania turystyki aktywnej	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
3.	Turystyka aktywna na obszarach chronionych	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
4.	Kompetencje lidera grupy turystycznej	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
5.	Turystyka aktywna na wodzie	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
	Razem	26	39	5	26	65	7		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI: TURYSTYKA I REKREACJA ZDROWOTNA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Rekreacyjny trening zdrowotny	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-2
2.	Żywnienie i suplementacja	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
3.	Interpersonalne uwarunkowania aktywności fizycznej	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
4.	Diagnostyka funkcjonalna w rekreacji	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
5.	Trening funkcjonalny	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
6.	Prozdrowotne formy turystyki i rekreacji	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
	Razem	26	39	5	26	65	7		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI: TURYSTYKA ALTERNATYWNA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Wprowadzenie do turystyki alternatywnej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
2.	Obsługa klienta niszowego	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
3.	Rynek turystyki niszowej	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
4.	E-tourism	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
5.	Turystyka zaangażowana	0	0	0	26	0	2	W	ZO-2
6.	Backpacking	0	0	0	0	39	3	D	ZO/E-2
	Razem	26	39	5	26	65	7		

***** Język obcy – do wyboru**

Semestr 2 (1 przedmiot do wyboru):

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	30.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
<i>(10-11.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu:</i>	
<i>12.11.2025 – zajęcia środowe</i>	
<i>13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe</i>	
<i>14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)</i>	
Dzień integracyjny	15.10.2025
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Wybory w semestrze 1:	
- <i>form aktywności ruchowej</i>	
- <i>zespołowych gier rekreacyjnych (2 gry do wyboru)</i>	
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **10.02.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Anatomia funkcjonalna	26.01	02.02
Propedeutyka aktywności fizycznej	28.01	04.02
Metodyka zajęć ruchowych	30.01	06.02

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
Wybory w semestrze 2:	
- <i>form aktywności ruchowej</i>	
- <i>specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej 1</i>	
- <i>przedmiotu z grupy zajęć z zakresu motoryczności człowieka</i>	
- <i>przedmiotu z grupy zajęć z zakresu teoretyczno-metodycznych aspektów aktywności fizycznej</i>	
- <i>wykładu monograficznego</i>	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
<i>Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki ogólnej I w semestrze zimowym (III)</i>	
	01.06.2026 – 14.06.2026
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 19.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	23.06.2026
Sesja poprawkowa	01.09.2026 – 11.09.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	15.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Biomechanika i ergonomia	15.06	07.09
Podstawy żywienia i suplementacji	17.06	09.09
Kinezyjologia	19.06	11.09

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM
stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Anatomia funkcjonalna	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Fizjologia i fizjologia wysiłku fizycznego	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
3.	Podstawy epidemiologii	26	0	2	0	0	0	W	ZO-1
4.	Biochemia aktywności fizycznej	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-1
5.	Bioetyka	0	0	0	26	0	2	W	ZO-2
6.	Psychologia rozwoju człowieka	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-1
7.	Psychospołeczne aspekty aktywności fizycznej	0	0	0	26	0	2	W	ZO-2
8.	Pedagogika czasu wolnego	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
9.	Komunikacja interpersonalna	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
10.	Propedeutyka aktywności fizycznej	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
11.	Diagnostyka aktywności fizycznej	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
12.	Metodyka zajęć ruchowych	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
13.	Turystyka aktywna	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
14.	Kinezyjologia	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-2
15.	Biomechanika i ergonomia	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-2
16.	Podstawy żywienia i suplementacji	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-2
17.	Profilaktyka i promocja zdrowia	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-1
18.	Joga i techniki relaksacyjne	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-1
19.	Aktywność fizyczna w wodzie	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
20.	Zespołowe gry rekreacyjne I*	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
21.	Zespołowe gry rekreacyjne II**	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
22.	Gimnastyczne formy rekreacji ruchowej	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
23.	Formy aktywności ruchowej ***	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
24.	Język angielski w naukach biologicznych	0	26	2	0	26	2	D	ZO-4
25.	Podstawy nauczania na odległość	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
26.	Ochrona własności intelektualnej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
27.	Szkolenie BHP 4 godziny w sem. 1	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	134	273	31	117	273	30		

*** Zespołowe gry rekreacyjne I (1 do wyboru)**

semestr 2

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

**** Zespołowe gry rekreacyjne II (1 do wyboru)**

semestr 2

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

***** Formy aktywności ruchowej**

semestr 2

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

semestr 3

Zajęcia w semestrze zimowym (10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu: 13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe 14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	01.10.2025 – 20.01.2026
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Praktyka ogólna I - 240 godz.	01.07.2025 – 30.01.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki ogólnej 2 w semestrze letnim (IV)	07.01.2026 – 18.01.2026
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS	10.02.2026
Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS	13.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Fizjologia i fizjologia wysiłku fizycznego	26.01	02.02
Elementy dietetyki	28.01	04.02

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
<i>Praktyka ogólna 2 - 240 godz.</i>	02.02.2026 – 31.08.2026
Wybory w semestrze 4:	
- <i>specjalności</i>	
- <i>form aktywności ruchowej</i>	
- <i>specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej 2</i>	
- <i>przedmiotu z grupy zajęć prawno-ekonomicznych</i>	
- <i>przedmiotu z grupy zajęć z zakresu żywienia i suplementacji</i>	
- <i>przedmiotu z grupy zajęć z zakresu kinezyjopsychoprofilaktyki i promocji zdrowia</i>	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
<i>Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki specjalnościowej w semestrze zimowym (V)</i>	01.06.2026 – 14.06.2026
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 19.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	23.06.2026
Sesja poprawkowa	01.09.2026 – 11.09.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	15.09.2026
Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS	14.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Podstawy patofizjologii i patomorfologii	15.06	07.09
Podstawy adaptowanej aktywności fizycznej	17.06	09.09
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej 1	19.06	11.09

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Fizjologia i fizjologia wysiłku fizycznego	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-3
2.	Podstawy patofizjologii i patomorfologii	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-4
3.	Podstawy adaptowanej aktywności fizycznej	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-4
4.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu teoretyczno-metodycznych aspektów aktywności fizycznej*	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
5.	Diagnoza i kontrola motoryczna	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-3
6.	Przygotowanie motoryczne	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-4
7.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu motoryczności człowieka**	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
8.	Ekonomia zdrowia	0	0	0	13	0	1	W	ZO-4
9.	Ubezpieczenia i prawo w ochronie zdrowia	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
10.	Przedsiębiorczość w zdrowiu publicznym	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
11.	Elementy dietetyki	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
12.	Ocena sposobu żywienia i stanu odżywiania	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
13.	Kinezyprofilaktyka narządu ruchu	13	26	3	0	0	0	W/Ć	ZO-3
14.	Diagnostyka funkcjonalna i różnicowa	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
15.	Formy aktywności ruchowej***	0	26	2	0	26	2	D	ZO-6
16.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej 1****	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-4
17.	Wykład monograficzny*****	0	0	0	13	0	1	W	ZO-4
18.	Język angielski w naukach biologicznych	0	26	2	0	26	2	D	ZO-4
19.	Technologie informacyjne	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
20.	Biostatystyka	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
22.	Praktyka ogólna 1	0	240	4	0	0	0	-	ZO-3
23.	Praktyka ogólna 2	0	0	0	0	240	4	-	ZO-4
	Razem	91	487	30	91	487	30		

*** Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu teoretyczno-metodycznych aspektów aktywności fizycznej**

Semestr 3

1. Kreowanie wizerunku trenera personalnego - 1 W

**** Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu motoryczności człowieka**

Semestr 4

1. Uczenie motoryczne - 2 D
2. Sterowanie i regulacja ruchami człowieka - 1 D

***** Formy aktywności ruchowej**

Semestr 3

1. Wspinaczka halowa - 1 D
2. Full body workout - 2 D

Semestr 4

1. Joga Fit - 1 D
2. Nowoczesne formy Nordic Walking - 1 D
3. Turystyka kajakowa - 1 D

****** Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej 1**

Zaliczenie Specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej 1 jest obligatoryjne. Warunkiem uzyskania uprawnień jest uzyskanie zaliczenia i pozytywna ocena z egzaminu końcowego. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów. Egzamin jest fakultatywny i nie jest wymagany do zaliczenia danego semestru studiów.

Semestr 3 i 4

1. Fitness – ćwiczenia siłowe - 1 D
2. Fitness – funkcjonalny trening siłowy - 2 D
3. Fitness w ciąży i po porodzie - 1 D

******* Wykład monograficzny**

Semestr 4

1. Teoretyczne podstawy sportów indywidualnych - 1 W

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trening w otyłości i chorobach przewlekłych

semestr 5

Zajęcia w semestrze zimowym 01.10.2025 – 20.01.2026

(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych

wg odrębnego harmonogramu:

13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe

14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Praktyka specjalnościowa – 240 godz.

01.07.2025 – 30.01.2026

Sesja egzaminacyjna

26.01.2026 – 30.01.2026

Sesja poprawkowa

02.02.2026 – 06.02.2026

Przerwa międzysemestralna

09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS 10.02.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS 13.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Poradnictwo dietetyczne	26.01	02.02

semestr 6

Zajęcia w semestrze letnim 02.03.2026 – 12.06.2026

Przerwa świąteczna wiosenna 02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa 01.05.2026 – 06.05.2026

Sesja egzaminacyjna 15.06.2026 – 19.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 20.06.2026

Sesja poprawkowa 22.06.2026 – 26.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 27.06.2026

Pierwszy cykl egzaminu dyplomowego 22.06.2026 – 26.06.2026

Drugi cykl egzaminu dyplomowego 29.06.2026 – 03.07.2026

Poprawkowy egzamin dyplomowy 07.09.2026 – 11.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej 2	15.06	22.06

Egzaminy dla specjalności: trening w otyłości i chorobach przewlekłych

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Egzamin z zakresu specjalności	17.06	24.06

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ŻYWIENIE W ZDROWIU PUBLICZNYM

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trening w otyłości i chorobach przewlekłych

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Programowanie treningu zdrowotnego	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO-5
2.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć prawno-ekonomicznych (1)	13	0	1	0	0	0	W	ZO-5
3.	Poradnictwo dietetyczne	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-5
4.	Planowanie żywienia aktywnych fizycznie	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
5.	Żywność funkcjonalna i specjalnego przeznaczenia	0	0	0	13	0	1	W	ZO-6
6.	Elementy psychodietetyki	0	0	0	26	0	2	W	ZO-6
7.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu żywienia i suplementacji (2)	0	0	0	26	0	2	W	ZO-6
8.	Czynniki przyrodnicze w profilaktyce i terapii	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-6
9.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu kinezypsychoprofilaktyki i promocji zdrowia (3)	26	0	2	0	0	0	W	ZO-5
10.	Terenowe formy aktywności fizycznej	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
11.	Gry i zabawy ruchowe osób w różnym wieku	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
12.	Atletyka terenowa	0	13	1	0	13	1	D	ZO-6
13.	Formy aktywności ruchowej (4)	0	26	2	0	26	2	D	ZO-6
14.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej 2 (5)	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-6
15.	Pierwsza pomoc przedmedyczna	0	26	2	0	0	0	Ć	ZO-5
16.	Praktyka specjalnościowa	0	240	4	0	0	0	-	ZO-5
17.	Grupa zajęć z zakresu specjalności *	39	78	9	52	91	11	-	ZO/E-6
	Razem	104	474	30	130	260	30		

*** Grupa zajęć do wyboru z zakresu specjalności.**

specjalność: trening w otyłości i chorobach przewlekłych

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Zarządzanie masą ciała	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-5
2.	Trening w chorobach przewlekłych układu krążenia	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-5
3.	Trening w chorobach przewlekłych układu oddechowego	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-5
4.	Trening w chorobach neurodegeneracyjnych	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-6
5.	Trening w otyłości i zaburzeniach metabolicznych	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-6
6.	Programowanie aktywności fizycznej w chorobach nowotworowych	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-6
7.	Trening mentalny w zaburzeniach odżywiania	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-6
8.	Egzamin	0	0	0	0	0	0	-	E6
	Razem	39	78	9	52	91	11		

(1) Przedmiot do wyboru z grupy zajęć prawno-ekonomicznych

Semestr 5

1. Marketing usług zdrowotnych - 1 W
2. Działalność biznesowa z turystyce zdrowotnej - 1 W

(2) Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu żywienia i suplementacji

Semestr 6

1. Dieta i suplementacja w kształtowaniu wymarzonej sylwetki - 1 W
2. Periodyzacja żywienia w różnych dyscyplinach sportu - 1 W

(3) Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu kinezypsychoprofilaktyki i promocji zdrowia

Semestr 5

1. Biochemiczne markery w diagnostyce zdrowia - 1 W
2. Orientalne techniki pracy z umysłem - 1 W

(4) Formy aktywności ruchowej

Semestr 5

1. Aktywność fizyczna w przeciwdziałaniu agresji - 1 D
2. Gry niekonwencjonalne - 2 D

Semestr 6

1. Taniec w profilaktyce zdrowia - 1 D
2. Pływanie z elementami pływackimi - 2 D

(5) Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej 2

Semestr 5 i 6

1. Fitness – ćwiczenia siłowe - 1 D
2. Kinezygerontoprofilaktyka - 2 D
3. Fitness – funkcjonalny trening siłowy - 2 D

TRENER ZDROWIA
stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	30.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
<i>(10-11.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych</i>	
<i>wg odrębnego harmonogramu:</i>	
<i>12.11.2025 – zajęcia środowe</i>	
<i>13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe</i>	
<i>14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)</i>	
Dzień integracyjny	15.10.2025
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Wybory w semestrze 1:	
- <i>trenowych form aktywności fizycznej (1)</i>	
- <i>wodnych form aktywności fizycznej (1)</i>	
- <i>gier rekreacyjnych (1)</i>	
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **10.02.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Anatomia człowieka	26.01	02.02
Biochemia i biochemia wysiłku	28.01	04.02
Podstawy żywienia człowieka	30.01	06.02

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
Wybory w semestrze 2:	
- <i>języka obcego do wyboru</i>	
- <i>trenowych form aktywności fizycznej (2)</i>	
- <i>halowych form aktywności fizycznej (1)</i>	
- <i>halowych form aktywności fizycznej (2)</i>	
- <i>wodnych form aktywności fizycznej (2)</i>	
- <i>gier rekreacyjnych (2)</i>	
- <i>zajęć swobodnego wyboru z zakresu Humanistycznych Podstaw Kultury Fizycznej</i>	
- <i>zajęć swobodnego wyboru z zakresu Nauk Fizjologiczno-Medycznych</i>	
- <i>zajęć swobodnego wyboru z zakresu Zespołowych Gier Sportowych</i>	
- <i>specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej</i>	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 19.06.2026
<u>Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.</u>	<u>23.06.2026</u>
Sesja poprawkowa	01.09.2026 – 11.09.2026
<u>Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.</u>	<u>15.09.2026</u>

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Zarządzanie stresem	15.06	07.09

TRENER ZDROWIA
stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Anatomia człowieka	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Biochemia i biochemia wysiłku	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
3.	Fizjologia i fizjologia wysiłku	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-3
4.	Antropologia medyczna	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
5.	Bioetyka	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
6.	Pierwsza pomoc przedmedyczna	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
7.	Psychologia	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO-1
8.	Zarządzanie stresem	0	0	0	26	13	3	W/D	ZO/E-2
9.	Podstawy psychologii klinicznej	0	0	0	26	0	2	W	ZO-2
10.	Profilaktyka zdrowia psychofizycznego	13	26	3	13	26	3	W/D	ZO-2
11.	Propedeutyka aktywności fizycznej	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-1
12.	Odnowa biologiczna	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
13.	Podstawy żywienia człowieka	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
14.	Żywnienie a choroby cywilizacyjne	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
15.	Adaptowana aktywność fizyczna	0	0	0	26	0	2	W	ZO/E-3
16.	Adaptacja treningowa	0	26	2	0	0	0	D	ZO-2
17.	Metody i środki treningowe	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
18.	Podstawy nauczania na odległość	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
19.	Przedsiębiorczość i zarządzanie biznesem	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
20.	Prawne aspekty działalności trenera	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
21.	Strategie biznesowe w branży zdrowia	0	0	0	13	0	1	W	ZO-2
22.	Ochrona własności intelektualnej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
23.	Terenowe formy aktywności fizycznej (1)*	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
24.	Wodne formy aktywności fizycznej (1)**	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
25.	Gry rekreacyjne (1)***	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
26.	Szkolenie BHP 4 godziny w sem. 1	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	134	247	29	156	234	30		

*** Trenowe formy aktywności fizycznej (1)**

semestr 2

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

**** Wodne formy aktywności fizycznej (1)**

semestr 2

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

***** Gry rekreacyjne (1)**

semestr 2

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

TRENER ZDROWIA

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

semestr 3

Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu:	
13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe	
14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki zawodowej w semestrze letnim (IV)	07.01.2026 – 18.01.2026
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS 10.02.2026

Egzaminy

Przedmiot	Iab, IIa	Popr.
Fizjologia i fizjologia wysiłku	26.01	02.02
Biomechanika	28.01	04.02
Adaptowana aktywność fizyczna	30.01	06.02

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
Praktyka zawodowa w sem. IV - 240 godz.	02.02.2026 – 31.08.2026
Wybory w semestrze 4:	
- form z zakresu adaptowanej aktywności fizycznej (1)	
- form z zakresu adaptowanej aktywności fizycznej (2)	
- zajęć swobodnego wyboru z zakresu Motoryczności Człowieka	
- zajęć swobodnego wyboru z zakresu Prozdrowotnej Aktywności Fizycznej i Turystyki	
- zajęć swobodnego wyboru z zakresu Sportów Indywidualnych	
- zajęć swobodnego wyboru z zakresu Teorii i Praktyki Sportu	
- zajęć swobodnego wyboru z zakresu Wychowania Fizycznego i Adaptowanej Aktywności Fizycznej	
- specjalizacji z zakresu treningu specjalnego	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki zawodowej w semestrze zimowym (V)	01.06.2026 – 14.06.2026
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 19.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	23.06.2026
Sesja poprawkowa	01.09.2026 – 11.09.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	15.09.2026
Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS	14.09.2026

Egzaminy

Przedmiot	Iab, IIa	Popr.
Kinezyjologia stosowana i monitorowanie ruchu	15.06	07.09
Periodyzacja i projektowanie treningu	17.06	09.09
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej	19.06	11.09

TRENER ZDROWIA
stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Fizjologia i fizjologia wysiłku	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
2.	Biomechanika	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
3.	Kinezyjologia stosowana i monitorowanie ruchu	13	26	3	13	26	3	W/D	ZO/E-4
4.	Trening interpersonalny	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
5.	Techniki treningu mentalnego i couchingu	0	0	0	0	26	2	D	ZO/E-5
6.	Trening zdrowotny w teorii i praktyce	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-5
7.	Suplementacja diety jako wsparcie zdrowia	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
8.	Personalizacja żywienia w aktywności fizycznej	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
9.	Tworzenie planów żywieniowych	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
10.	Adaptowana aktywność fizyczna	26	0	2	0	0	0	W	ZO/E-3
11.	Metodyka w adaptowanej aktywności fizycznej	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-4
12.	Periodyzacja i projektowanie treningu	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-4
13.	Język obcy do wyboru ¹	0	26	2	0	26	2	D	ZO-4
14.	Terenowe formy aktywności fizycznej (2) ²	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
15.	Halowe formy aktywności fizycznej (1) ³	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
16.	Halowe formy aktywności fizycznej (2) ⁴	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
17.	Wodne formy aktywności fizycznej (2) ⁵	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
18.	Gry rekreacyjne (2) ⁶	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
19.	Zajęcia swobodnego wyboru z zakresu Humanistycznych Podstaw Kultury Fizycznej ⁷	26	0	2	0	0	0	W	ZO-3
20.	Zajęcia swobodnego wyboru z zakresu Nauk Fizjologiczno-Medycznych ⁸	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
21.	Zajęcia swobodnego wyboru z zakresu Zespołowych Gier Sportowych ⁹	0	0	0	0	26	2	D	ZO-4
22.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej ¹⁰	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-4
23.	Praktyka zawodowa	0	0	0	0	240	4	-	ZO-4
	Razem	91	325	32	65	539	32		

¹ Język obcy do wyboru

semestr 3 i 4

1. Język angielski - 2D

² Terenowe formy aktywności fizycznej (2)

semestr 4

1. Biegi przeszkodowe - 1D
2. Lekkoatletyczny trening uzupełniający - 1D

³ Halowe formy aktywności fizycznej (1)

semestr 3

1. Samoobrona i sporty walki - 2D

⁴ Halowe formy aktywności fizycznej (2)

semestr 4

1. Fitness – kształtowanie sylwetki - 1D
2. Wspinaczka halowa - 1D

⁵ Wodne formy aktywności fizycznej (2)

semestr 3

1. Pływanie z elementami pływackich - 1D
2. Pływanie z elementami ratownictwa - 1D

⁶ Gry rekreacyjne (2)

semestr 3

1. Gry rekreacyjne – koszykówka - 1D
2. Gry rekreacyjne – piłka nożna - 1D

⁷ Zajęcia swobodnego wyboru z zakresu Humanistycznych Podstaw Kultury Fizycznej

semestr 3

1. Promocja zdrowia i aktywności fizycznej - 1W
2. Psychologia i pedagogika aktywności fizycznej - 1W

⁸ Zajęcia swobodnego wyboru z zakresu Nauk Fizjologiczno-Medycznych

semestr 3

1. Biochemiczne monitorowanie w treningu sportowym - 1D
2. Medycyna stylu życia - 1D

⁹ Zajęcia swobodnego wyboru z zakresu Zespołowych Gier Sportowych

semestr 4

1. Plenerowe gry zespołowe – koszykówka 3x3, piłka nożna 5x5 - 1D
2. Plenerowe gry zespołowe – plażowa piłka ręczna i siatkówka - 1D

¹⁰ Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej**semestr 3 i 4**

1. Fitness w ciąży i po porodzie - 1D
2. Samoobrona - 1D

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok I

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	30.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
<i>(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych</i>	
<i>wg odrębnego harmonogramu:</i>	
<i>13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe</i>	
<i>14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)</i>	
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Wybory w semestrze 1:	
- język obcy do wyboru (<i>na sem. 1 w pierwszym tygodniu zajęć</i>)	
- przedmiot z grupy zajęć z zakresu teoretycznych podstaw aktywności fizycznej	
- seminarium dyplomowe	
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS	10.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Anatomia na żywym człowieku	26.01	02.02
Metabolizm wysiłkowy	28.01	04.02
Żywnienie i suplementacja w sporcie i rekreacji	30.01	06.02

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
Wybory w semestrze 2:	
- specjalności	
- specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej	
- przedmiotu z grupy zajęć z zakresu dodatkowych metod wspomagania treningu	
- form aktywności ruchowej	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
<i>Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki ogólnej</i>	
<i>1 w semestrze zimowym (III)</i>	
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 19.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	23.06.2026
Sesja poprawkowa	01.09.2026 – 11.09.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	15.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Biomedyczne podłoże zmęczenia i wypoczynku	15.06	07.09

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ
stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok I

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Anatomia na żywym człowieku	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Metabolizm wysiłkowy	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
3.	Fizjologiczne uwarunkowania rozwoju adaptacji	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
4.	Biomedyczne podłoże zmęczenia i wypoczynku	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-2
5.	Aktywność fizyczna w ontogenezie człowieka	26	0	2	0	0	0	W	ZO-1
6.	Aktywność fizyczna w profilaktyce zdrowia psychospołecznego	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
7.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu teoretycznych podstaw aktywności fizycznej**	0	0	0	26	0	2	W	ZO-2
8.	Podstawy Public Relations	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
9.	Zarządzanie obiektami fitness	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
10.	Historia żywienia i kuchni świata	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
11.	Żywnienie i suplementacja w sporcie i rekreacji	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
12.	Wspomaganie zdrowia suplementami diety	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
13.	Diety alternatywne	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
14.	Psychodietetyka	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
15.	Zaburzenia odżywiania sportowców o podłożu psychogennym	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
16.	Trening funkcjonalny	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-1
17.	Trening szybkości i wytrzymałości	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
18.	Trening gibkościowy	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
19.	Psychopedagogiczne aspekty pracy trenera osobistego	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
20.	Trening mentalny w pracy z klientem indywidualnym	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-1
21.	Fitness i wellness	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
22.	Kalistenika	0	26	2	0	0	0	D	ZO-1
23.	Kinezyjologiczna analiza motoryczności człowieka	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-1
24.	Farmakologiczne wspomaganie procesu treningowego	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-2
25.	Język obcy do wyboru***	0	26	2	0	26	2	D	ZO-2
26.	Metodologia z elementami statystyki	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-2
27.	Seminarium magisterskie	0	0	0	0	13	1	*	ZO/E-4
28.	Szkolenie BHP 4 godziny w sem. 1	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	160	234	30	130	260	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

**** Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu teoretycznych podstaw aktywności fizycznej**

(1 do wyboru)

Semestr 2

Przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów

***** Język obcy do wyboru** (1 przedmiot do wyboru):

Semestr 1 i 2

1. Język angielski - 3D

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

semestr 3

Zajęcia w semestrze zimowym	01.10.2025 – 20.01.2026
(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu: 13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe 14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Praktyka ogólna I - 180 godz.	01.07.2025 – 30.01.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki ogólnej 2 w semestrze letnim (IV)	07.01.2026 – 18.01.2026
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **10.02.2026**

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS **13.02.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Periodyzacja żywienia w dyscyplinach wytrzymałościowych - zajęcia praktyczne na programie	26.01	02.02
Periodyzacja żywienia w dyscyplinach szybkościowo- siłowych - zajęcia praktyczne na programie	28.01	04.02

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 12.06.2026
Praktyka ogólna 2 - 180 godz.	02.02.2026 – 12.06.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	15.06.2026 – 19.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 20.06.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS 21.06.2026

Sesja poprawkowa 22.06.2026 – 26.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 29.06.2026

I termin złożenia pracy magisterskiej 26.06.2026
I cykl egzaminu magisterskiego 06.07.2026 – 10.07.2026

II termin złożenia pracy magisterskiej 15.09.2026
II cykl egzaminu magisterskiego 23.09.2026 – 30.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej	15.06	22.06
Egzamin ze specjalności (trener przygotowania motorycznego)	17.06	24.06
Egzamin dyplomowy – terminy indywidualne w cyklach egzaminu magisterskiego		

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ

stacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Organizowanie żywienia w klubach sportowych	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
2.	Periodyzacja żywienia w dyscyplinach wytrzymałościowych - zajęcia praktyczne na programie	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-3
3.	Periodyzacja żywienia w dyscyplinach szybkościowo-siłowych - zajęcia praktyczne na programie	0	26	2	0	0	0	D	ZO/E-3
4.	Planowanie i praktyczne przygotowywanie diet – zajęcia praktyczne w pracowni dietetyki	0	0	0	0	65	5	Ć	ZO-4
5.	Trening siły i mocy mięśniowej	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO-3
6.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej **	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-4
7.	Odnowa biologiczna	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-4
8.	Formy aktywności ruchowej ***	0	26	2	0	26	2	D	ZO-4
9.	Fizjoprofilaktyka z elementami terapii	13	26	3	0	0	0	W/Ć	ZO-3
10.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu dodatkowych metod wspomagania treningu****	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
11.	Seminarium magisterskie	0	13	1	0	13	1	*	ZO/E-4
12.	Praktyka ogólna 1	0	180	6	0	0	0	-	ZO-3
13.	Praktyka ogólna 2	0	0	0	0	180	6	-	ZO-4
14.	Grupa zajęć z zakresu specjalności *	39	52	7	39	91	10	-	ZO/E-4
	Razem	65	427	30	52	440	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

*** Grupa zajęć do wyboru z zakresu specjalności.**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Identyfikacja talentu i potencjału sportowego	13	0	1	0	0	0	W	ZO-3
2.	Diagnostyka stanu wytrenowania	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
3.	Periodyzacja kształtowania zdolności motorycznych	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO-3
4.	Przygotowanie motoryczne w grach zespołowych	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-4
5.	Przygotowanie motoryczne w sportach indywidualnych	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-4
6.	Przygotowanie motoryczne w sporcie dzieci i młodzieży	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO-4
7.	Indywidualizacja programowania treningu sportowego	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
8.	Egzamin	0	0	0	0	0	0	-	E-4
	Razem	39	52	7	39	91	10		

**** Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej**

Semestr 3 i 4 (1 do wyboru)

1. Fitness – ćwiczenia siłowe - 1 D
2. Tenis - 1 D

***** Formy aktywności ruchowej**

Semestr 3 (1 do wyboru)

1. Badminton - 1 D
2. Pływanie z elementami ratownictwa wodnego - 1 D

Semestr 4 (1 do wyboru)

1. Terenowe formy kształtowania wytrzymałości specjalnej - 1 D
2. Joga - 1 D

****** Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu dodatkowych metod wspomagania treningu**

Semestr 4 (1 do wyboru)

1. Elementy masażu i technik manualnych - 2 Ć
2. Trening z wykorzystaniem aplikacji mobilnych i wirtualnej rzeczywistości - 1 Ć

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: *trener przygotowania motorycznego*
trener wybranej dyscypliny sportu
trener przygotowania mentalnego

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	30.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym (10-11.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych wg odrębnego harmonogramu: 12.11.2025 – zajęcia środowe 13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe 14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)	01.10.2025 – 20.01.2026
Dzień integracyjny	15.10.2025
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Sesja egzaminacyjna	26.01.2026 – 30.01.2026
Sesja poprawkowa	02.02.2026 – 06.02.2026
Przerwa międzysemestralna	09.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **10.02.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab, Vab, VIab, VIIab</i>	<i>Popr.</i>
Anatomia	26.01	02.02
Teoria wychowania fizycznego	28.01	04.02

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: *trener przygotowania motorycznego*
trener wybranej dyscypliny sportu
trener przygotowania mentalnego

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim 02.03.2026 – 12.06.2026

Wybory w semestrze 2:

- obozu szkoleniowego zimowego
- obozu szkoleniowego letniego
- form aktywności ruchowej

Przerwa świąteczna wiosenna 02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa 01.05.2026 – 06.05.2026

Sesja egzaminacyjna 15.06.2026 – 26.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 30.06.2026

Sesja poprawkowa 01.09.2026 – 11.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 15.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab, Vab, VIab, VIIab</i>	<i>Popr.</i>
Biochemia	17.06	09.09
Antropomotoryka	16.06	08.09
Gimnastyka	15.06	07.09
Lekka atletyka	18.06	10.09
Pływanie	19.06	11.09

Egzaminy dla specjalności: *trener przygotowania motorycznego*

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Planowanie i programowanie treningu	22.06	04.09

Egzaminy dla specjalności: *trener wybranej dyscypliny sportu*

<i>Przedmiot</i>	<i>Vab, VIab</i>	<i>Popr.</i>
Przygotowanie techniczne	22.06	04.09
Szkolenie dzieci i młodzieży	24.06	03.09

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: trener przygotowania motorycznego

trener wybranej dyscypliny sportu

trener przygotowania mentalnego

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Anatomia	13	26	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Biochemia	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-2
3.	Antropomotoryka	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-2
4.	Teoria wychowania fizycznego	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
5.	Gimnastyka	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-2
6.	Lekka atletyka	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-2
7.	Pływanie	0	26	2	0	26	2	Ć-1 sem. Ć-2 sem.	ZO/E-2
8.	Koszykówka	0	26	2	0	0	0		D
9.	Piłka nożna	0	0	0	0	26	2	D	ZO/E-5
10.	Piłka ręczna	0	0	0	0	26	2	D	ZO/E-5
11.	Podstawy nauczania na odległość	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
12.	Prawo i organizacja w kulturze fizycznej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
13.	Podstawy prowadzenia działalności gospodarczej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
14.	Ochrona własności intelektualnej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
15.	Podstawy dydaktyki	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO-1
16.	Pedagogika	26	13	3	13	13	2	W/D	ZO-2
17.	Warsztaty pedagogiczne*	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
18.	Socjologia sportu	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
19.	Grupa zajęć z zakresu specjalności**	0	65	5	0	104	8	-	-
21.	Szkolenie BHP 4 godziny w sem. 1	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	134	260	30	65	325	30		

* Zajęcia ściśle zintegrowane z realizacją praktyk pedagogicznych

**** Grupa zajęć do wyboru z zakresu specjalności**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	0	13	1	0	13	1	D	ZO/E-6
2.	Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	0	13	1	0	13	1	D	ZO/E-6
3.	Identyfikacja potencjału zawodnika	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
4.	Planowanie i programowanie treningu	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-2
5.	Kształtowanie siły i mocy zawodnika	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
6.	Kształtowanie wytrzymałości	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
7.	Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
	Razem	0	65	5	0	104	8		

specjalność: trener przygotowania mentalnego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Trening psychomotoryczny	0	0	0	0	26	2	D	ZO/E-6
2.	Emocje i motywacja w sporcie	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
3.	Trening umiejętności psychospołecznych	0	13	1	0	0	0	D	ZO-2
4.	Psychologia sportu dzieci i młodzieży	0	0	0	0	26	2	D	ZO/E-2
5.	Podstawy psychologii sportu	0	26	2	0	0	0	D	ZO-4
6.	Techniki treningu mentalnego	0	0	0	0	26	2	D	ZO-1
	Razem	0	65	5	0	104	8		

specjalność: trener wybranej dyscypliny sportu

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Przygotowanie techniczne	0	26	2	0	26	2	D*	ZO/E-2
2.	Nowoczesne technologie IT w sporcie	0	0	0	0	26	2	D*	ZO-6
3.	Identyfikacja talentu sportowego	0	0	0	0	13	1	D*	ZO-4
4.	Szkolenie dzieci i młodzieży	0	26	2	0	26	2	D*	ZO/E-2
5.	Motywowanie w sporcie	0	13	1	0	13	1	D*	ZO-2
	Razem	0	65	5	0	104	8		

* Przedmioty specjalnościowe realizowane są w następujących grupach:

TRENER WYBRANEJ DYSCYPLINY SPORTU - WYKAZ SPECJALNOŚCI:

(grupy zostaną podane po zakończeniu rekrutacji)

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalność: *trener przygotowania motorycznego*

trener wybranej dyscypliny sportu

semestr 3

Praktyka w ramach przygotowania psychologiczno – pedagogicznego (32 godz.)

15.09.2025 – 26.09.2025

Zajęcia w semestrze zimowym

01.10.2025 – 03.02.2026

(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych

wg odrębnego harmonogramu:

13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe

14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Obóz szkoleniowy zimowy (do wyboru)

Narciarstwo zjazdowe; Snowboard

I termin 06.12.2025 – 13.12.2025

II termin 10.01.2026 – 16.01.2026

Narciarstwo biegowe

I termin 10.01.2026 – 16.01.2026

Sesja egzaminacyjna

09.02.2026 – 13.02.2026

Sesja poprawkowa

16.02.2026 – 20.02.2026

Przerwa międzysemestralna

23.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

24.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Fizjologia	09.02	16.02

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalność: *trener przygotowania motorycznego*

trener wybranej dyscypliny sportu

semestr 4

Praktyka asystencka w szkole podstawowej (*wychowanie fizyczne – 50 godz.*)

02.03.2026 – 20.03.2026

Zajęcia w semestrze letnim

23.03.2026 – 10.07.2026

Wybory w semestrze 4:

- specjalizacji instruktora sportu

- terenowych form aktywności lekkoatletycznej

- wykładu monograficznego

Przerwa świąteczna wiosenna

02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa

01.05.2026 – 06.05.2026

Obóz szkoleniowy letni (do wyboru)

Letnie formy aktywności

I termin 07.06.2026 – 14.06.2026

II termin 23.08.2026 – 30.08.2026

Windsurfing

I termin 07.06.2026 – 14.06.2026

II termin 30.08.2026 – 06.09.2026

Sesja egzaminacyjna

13.07.2026 – 17.07.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.

21.07.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia obozu szkoleniowego letniego w USOS

08.09.2026

Sesja poprawkowa

07.09.2026 – 11.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.

15.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab, IVab</i>	<i>Popr.</i>
Antropologia	15.07	09.09
Biomechanika	13.07	07.09
Koszykówka	14.07	08.09
Siatkówka	16.07	10.09

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

trener wybranej dyscypliny sportu

Przedmioty oraz wykłady z grupy zajęć obligatoryjnych

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Antropologia	0	0	0	13	26	3	W/D	ZO/E-4
2.	Fizjologia	26	26	4	0	0	0	W/D	ZO/E-3
3.	Podstawy żywienia	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
4.	Biomechanika	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-4
5.	Metodyka wychowania fizycznego	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
6.	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-3
7.	Koszykówka	0	0	0	0	26	2	Ć	ZO/E-4
8.	Siatkówka	0	26	2	0	26	2	D-3 sem. Ć-4 sem.	ZO/E-4
9.	Zabawy i gry ruchowe	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
10.	Technologia informacyjna	0	13	1	0	13	1	D	ZO-4
11.	Psychologia	26	13	3	26	13	3	W/D	ZO-4
12.	Warsztaty psychologiczne*	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
13.	Praktyka w ramach przygotowania psychologiczno-pedagogicznego	0	32	2	0	0	0	–	ZO-3
14.	Praktyka asystencka w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne)	0	0	0	0	50	3	–	ZO-4
15.	Grupa zajęć z zakresu specjalności**	0	65	5	0	65	5	–	–
16.	FAR*****	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
17.	Obóz szkoleniowy letni ****	0	0	0	0	52	4	–	ZO-4
18.	Obóz szkoleniowy zimowy ***	0	52	4	0	0	0	–	ZO-3
	Razem	65	331	30	65	326	30		

* Zajęcia ściśle zintegrowane z realizacją praktyk pedagogicznych

**** Grupa zajęć z zakresu specjalności**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	0	13	1	0	13	1	D	ZO/E-6
2.	Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	0	13	1	0	13	1	D	ZO/E-6
3.	Trening funkcjonalny	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
4.	Kształtowanie siły i mocy zawodnika	0	26	2	0	13	1	D	ZO-4
5.	Kształtowanie szybkości	0	13	1	0	0	0	D	ZO-3
6.	Kształtowanie gibkości	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
	Razem	0	65	5	0	65	5		

specjalność: trener wybranej dyscypliny sportu

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Przygotowanie taktyczne	0	39	3	0	0	0	D*	ZO/E-5
2.	Przygotowanie motoryczne	0	26	2	0	26	2	D*	ZO/E-5
3.	Identyfikacja talentu sportowego	0	0	0	0	13	1	D*	ZO-4
4.	Zarządzanie zespołem	0	0	0	0	26	2	D*	ZO-4
	Razem	0	65	5	0	65	5		

* Przedmioty specjalnościowe realizowane są w następujących grupach:

TRENER WYBRANEJ DYSCYPLINY SPORTU - WYKAZ SPECJALNOŚCI:

1. PIŁKA NOŻNA

SP 1 PN (1 grupa)

Grupy dziekańskie:

IVab (SP1 PN)

***** Obóz szkoleniowy zimowy**

wspólnie z niestacjonarnymi 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (3 semestr) kierunek sport

semestr 3

- | | |
|-------------------------|-------|
| 1. Narciarstwo biegowe | - 1 D |
| 2. Narciarstwo zjazdowe | - 6 D |
| 3. Snowboard | - 3 D |

****** Obóz szkoleniowy letni**

wspólnie z niestacjonarnymi 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (3 semestr) kierunek sport

semestr 4

- | | |
|----------------------------|-------|
| 1. Letnie formy aktywności | - 8 D |
| 2. Windsurfing | - 2 D |

******* FAR**

semestr 3

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (3 semestr) kierunek wychowanie fizyczne – podane na str. 14

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE

(nieobowiązkowe odpłatne)

3-letnie studia pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek sport wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne oraz 2-letnimi studiami drugiego stopnia I rok (2 semestr) kierunek wychowanie fizyczne – podane na str. 14

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trener przygotowania motorycznego

trener wybranej dyscypliny sportu

semestr 5

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w organizacji sportowej w semestrze zimowym (V) 25.08.2025 – 07.09.2025

Praktyka dydaktyczna w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne – 50 godz.) 15.09.2025 – 03.10.2025

Zajęcia w semestrze zimowym 06.10.2025 – 30.01.2026

(10-12.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych

wg odrębnego harmonogramu:

13.11.2025 – zajęcia poniedziałkowe

14.11.2025 – zajęcia wtorkowe)

Specjalizacja instruktora sportu – narciarstwo alpejskie, snowboard 29.11.2025 – 06.12.2025

Przerwa świąteczna zimowa 22.12.2025 – 06.01.2026

Praktyka w organizacji sportowej (26 godz.) 06.10.2025 – 30.01.2026

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w organizacji sportowej w semestrze letnim (VI) 07.01.2026 – 25.01.2026

Sesja egzaminacyjna 02.02.2026 – 06.02.2026

Sesja poprawkowa 09.02.2026 – 13.02.2026

Przerwa międzysemestralna 16.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

17.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Historia kultury fizycznej i olimpizm	02.02	09.02
Piłka nożna	04.02	11.02
Piłka ręczna	06.02	13.02

Egzaminy dla specjalności: trener wybranej dyscypliny sportu

<i>Przedmiot</i>	<i>IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Przygotowanie taktyczne	03.02	12.02
Przygotowanie motoryczne	05.02	14.02

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trener przygotowania motorycznego

trener wybranej dyscypliny sportu

semestr 6

Zajęcia w semestrze letnim	02.03.2026 – 17.06.2026
Specjalizacja instruktora sportu – narciarstwo alpejskie, snowboard	28.03.2026 – 04.04.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Praktyka w organizacji sportowej (26 godz.)	02.03.2026 – 17.06.2026
Praktyka z organizacji szkolnych imprez sportowych (20 godz.)	02.03.2026 – 17.06.2026
Sesja egzaminacyjna	22.06.2026 – 30.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 01.07.2026

Sesja poprawkowa 02.07.2026 – 10.07.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 12.07.2026

Pierwszy cykl egzaminu dyplomowego	06.07.2026 – 10.07.2026
Drugi cykl egzaminu dyplomowego	13.07.2026 – 17.07.2026
Poprawkowy egzamin dyplomowy	07.09.2026 – 11.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab, IIIab</i>	<i>Popr.</i>
Teoria sportu	22.06	02.07
Metodyka wychowania fizycznego	23.06	03.07
Język obcy	24.06	06.07
Specjalizacja instruktora sportu	25.06	07.07

Egzaminy dla specjalności: trener przygotowania motorycznego

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	26.06	08.07
Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	29.06	09.07
Diagnostyka stanu wytrenowania zawodnika	30.06	10.07

SPORT

stacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trener przygotowania motorycznego

trener wybranej dyscypliny sportu

Przedmioty oraz wykłady z grupy zajęć obligatoryjnych

Lp.	Przedmiot	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metody oceny wydolności fizycznej	0	0	0	0	13	1	D	ZO-6
2.	Teoria sportu	0	0	0	26	26	4	W/D	ZO/E-6
3.	Filozofia – elementy etyki	0	0	0	13	13	2	W/D	ZO-6
4.	Historia kultury fizycznej i olimpizm	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-5
5.	Metodyka wychowania fizycznego	0	26	2	13	13	2	W/D	ZO/E-6
6.	Rytmika i taniec	0	0	0	0	13	1	D	ZO-6
7.	Piłka nożna	0	26	2	0	0	0	Ć	ZO/E-5
8.	Piłka ręczna	0	26	2	0	0	0	Ć	ZO/E-5
9.	Język obcy ¹	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
10.	Pierwsza pomoc przedmedyczna	0	0	0	0	13	1	Ć	ZO-6
11.	Zarządzanie w sporcie	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
12.	Emisja głosu	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-5
13.	Praktyka dydaktyczna w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne)	0	50	3	0	0	0	-	ZO-5
14.	Praktyka w organizacji sportowej (śród semestralna)	0	26	2	0	26	2	-	ZO-5,6
15.	Praktyka z organizacji szkolnych imprez sportowych	0	0	0	0	20	1	-	ZO-6
16.	Grupa zajęć z zakresu specjalności*	0	78	6	0	91	7	-	-
17.	Specjalizacja instruktora sportu**	0	65	5	0	65	5	-	ZO/E-6
18.	Wykład monograficzny***	0	0	0	13	0	1	W	ZO-6
19.	Terenowe formy aktywności lekkoatletycznej****	0	13	1	0	13	1	D	ZO-6
	Razem	39	362	30	65	358	32		

¹ Język obcy – język angielski

*** Grupa zajęć z zakresu specjalności**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	0	13	1	0	13	1	D	ZO/E-6
2.	Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	0	13	1	0	13	1	D	ZO/E-6
3.	Żywnienie i suplementacja w przygotowaniu motorycznym	0	26	2	0	0	0	D	ZO-5
4.	Nowoczesne metody i środki treningu	0	0	0	0	26	2	D	ZO-6
5.	Diagnostyka stanu wytrenowania zawodnika	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
6.	Profilaktyka urazów zawodnika	0	0	0	0	13	1	D	ZO-6
	Razem	0	78	6	0	91	7		

specjalność: trener wybranej dyscypliny sportu

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		13 tygodni			13 tygodni				
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Przygotowanie taktyczne	0	39	3	0	0	0	SP	ZO/E-5
2.	Przygotowanie motoryczne	0	26	2	0	0	0	SP	ZO/E-5
3.	Nowoczesne technologie IT w sporcie	0	0	0	0	26	2	SP	ZO-6
4.	Żywnienie i suplementacja w sporcie	0	0	0	0	26	2	SP ¹	ZO-6
5.	Przepisy i organizacja zawodów sportowych	0	13	1	0	13	1	SP	ZO-6
6.	Planowanie i kontrola procesu treningowego	0	0	0	0	26	2	SP	ZO-6
	Razem	0	78	6	0	91	7		

* Przedmioty specjalnościowe realizowane są w następujących grupach:

TRENER WYBRANEJ DYSCYPLINY SPORTU - WYKAZ SPECJALNOŚCI:

1. PIŁKA NOŻNA

SP 1 PN (1 grupa)

Grupy dziekańskie:

IIIab (SP1 PN)

**** do wyboru specjalizacja instruktora sportu (w wymiarze 130 godz.)**

Uzyskanie zaliczenia ze specjalizacji jest obligatoryjne, ale nie daje uprawnień instruktorskiego. Warunkiem uzyskania uprawnień instruktora sportu jest uzyskanie zaliczenia oraz pozytywna ocena z egzaminu końcowego. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów. Egzamin jest fakultatywny i nie jest wymagany do zaliczenia semestru (roku) studiów.

SPECJALIZACJA INSTRUKTORA SPORTU

semestr 5 i 6

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek wychowanie fizyczne oraz 2-letnimi studiami drugiego stopnia II rok (3 i 4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne – podane na str. 19

***** WYKŁAD MONOGRAFICZNY**

semestr 6

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (6 semestr) kierunek wychowanie fizyczne – podane na str. 19

******TERENOWE FORMY AKTYWNOŚCI LEKKOATLETYCZNEJ**

(Przedmioty w semestrze 6 realizowane będą w formie wyjazdowej)

semestr 5 i 6

wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (6 semestr) kierunek wychowanie fizyczne – podane na str. 19

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE

(nieobowiązkowe odpłatne) - kontynuacja

3-letnie studia pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek sport wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek wychowanie fizyczne oraz 2-letnimi studiami drugiego stopnia II rok (3 i 4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne – podane na str. 20

WYCHOWANIE FIZYCZNE
niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok I

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	27.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym (01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)	04.10.2025 – 21.12.2025
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Wybory w semestrze 1: - seminarium dyplomowego	
Sesja egzaminacyjna	10.01.2026 – 11.01.2026
Sesja poprawkowa	17.01.2026 – 18.01.2026
Przerwa międzysemestralna	19.01.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **25.01.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Teoria treningu	10.01	17.01
Metodologia badań naukowych	11.01	18.01

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim	01.03.2026 – 24.05.2026
Wybory w semestrze 2: - specjalności - FAR - przedmiotów teoretycznych - specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej - specjalizacji dodatkowej	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	30.05.2026 – 14.06.2026
<u>Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.</u>	<u>21.06.2026</u>
Sesja poprawkowa	05.09.2026 – 20.09.2026
<u>Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.</u>	<u>27.09.2026</u>

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Fizjologia wysiłku fizycznego	30.05	05.09
Medycyna sportu	31.05	06.09
Diagnostyka i przygotowanie motoryczne	06.06	12.09
Monitorowanie lekcji	07.06	13.09
Wychowanie fizyczne specjalne	13.06	19.09

WYCHOWANIE FIZYCZNE

niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - I rok

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Przedmiot	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Pedagogika kultury fizycznej	0	6	1	0	0	0	D	ZO -1
2.	Filozofia	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
3.	Socjologia	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
4.	Ekologia z ochroną środowiska	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
5.	Fizjologia wysiłku fizycznego	6	13	3	0	6	1	W/D	ZO/E-2
6.	Medycyna sportu	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO/E-2
7.	Biomechaniczna analiza ruchu	6	13	3	0	6	1	W/D	ZO-2
8.	Diagnostyka i przygotowanie motoryczne	6	13	3	0	6	1	W/D	ZO/E-2
9.	Identyfikacja potencjału sprawnościowego	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
10.	Teoria treningu	13	13	4	0	0	0	W/D	ZO/E-1
11.	Adaptowana aktywność fizyczna	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO-2
12.	Wychowanie fizyczne specjalne	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO/E-2
13.	Monitorowanie lekcji	13	13	2	0	13	1	W/ D-1 sem. Ć-2 sem.	ZO/E-2
14.	Pedeutologia	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
15.	Metodyka rekreacji ruchowej	13	0	1	0	0	0	W	ZO-1
16.	Metodyka zajęć muzyczno-ruchowych	0	0	0	0	13	1	D	ZO-2
17.	Sporty indywidualne	-	-	-	-	-	-	-	-
a)	Gimnastyczno-akrobatyczne formy ruchu	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
b)	Lekkoatletyczne formy ruchu	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
c)	Sporty wodne	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
18.	Sporty zespołowe	-	-	-	-	-	-	-	-
a)	Koszykówka	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
b)	Piłka nożna	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
c)	Piłka ręczna	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
d)	Siatkówka	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
19.	Metodologia badań naukowych	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
20.	Ochrona własności intelektualnej	0	0	0	6	0	1	W	ZO-2
21.	Język obcy ¹	0	13	2	0	13	2	D	ZO-2
22.	Seminarium dyplomowe	0	0	0	0	6	1	*S	ZO/E4
23.	Szkolenie BHP	4	0	0	0	0	0	-	-
	Razem	79	136	30	30	185	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

¹ Język obcy – język angielski

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORTCIE (nieobowiązkowe odpłatne) wspólnie ze studiami stacjonarnymi – podane na str. 14

WYCHOWANIE FIZYCZNE

niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalności: trening sportowy

opiekun osoby starszej / asystent osoby niepełnosprawnej

semestr 3

Zajęcia w semestrze zimowym 04.10.2025 – 21.12.2025

(01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)

Praktyka w szkole ponadpodstawowej (wychowanie fizyczne) – 60 godz.

01.10.2025 – 30.01.2026

Praktyka z zakresu specjalności opiekun osoby starszej / asystent osoby niepełnosprawnej
(13 godz.)

01.10.2025 – 30.01.2026

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Sesja egzaminacyjna

10.01.2026 – 11.01.2026

Sesja poprawkowa

17.01.2026 – 18.01.2026

Przerwa międzysemestralna

19.01.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS 25.01.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS 13.02.2026

Egzaminy dla specjalności: trening sportowy

<i>Przedmiot</i>	<i>I lab</i>	<i>Popr.</i>
Metabolizm wysiłkowy	10.01	17.01

WYCHOWANIE FIZYCZNE

niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalności: trening sportowy

opiekun osoby starszej / asystent osoby niepełnosprawnej

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim	01.03.2026 – 31.05.2026
Praktyka z zakresu specjalności opiekun osoby starszej / asystent osoby niepełnosprawnej (13 godz.)	01.03.2026 – 31.05.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	06.06.2026 – 07.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	10.06.2026
Sesja poprawkowa	13.06.2026 – 14.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	19.06.2026
I termin złożenia pracy magisterskiej	26.06.2026
I cykl egzaminu magisterskiego	06.07.2026 – 10.07.2026
II termin złożenia pracy magisterskiej	15.09.2026
II cykl egzaminu magisterskiego	23.09.2026 – 30.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Specjalizacja dodatkowa	do ustalenia z prowadzącym	
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej	06.06	13.06
Specjalizacja trenerska	do ustalenia z prowadzącym	
Egzamin dyplomowy – terminy indywidualne w cyklach egzaminu magisterskiego		

Egzaminy dla specjalności opiekun osoby starszej / asystent osoby niepełnosprawnej

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia</i>	<i>Popr.</i>
Egzamin końcowy (1,2,7)	07.06	14.06

WYCHOWANIE FIZYCZNE

niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalności: *trening sportowy*

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Przedmiot	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Psychologia sportu	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
2.	Turystyka szkolna	6	0	1	0	0	0	W	ZO-3
3.	Praktyka w szkole ponadpodstawowej	0	60	5	0	0	0	-	ZO-3
4.	Statystyka	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO-3
5.	Zarządzanie kulturą fizyczną	6	0	1	0	0	0	W	ZO-3
6.	Grupa zajęć w ramach specjalności**	12	52	10	13	45	9	-	-
7.	Seminarium dyplomowe	0	6	1	0	6	1	*S	ZO/E-4
8.	Formy aktywności ruchowej (1)	0	0	0	0	13	2	D	ZO-4
9.	Formy aktywności ruchowej (1)	0	0	0	0	13	2	D	ZO-4
10.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych (2)	0	0	0	13	0	2	W/D	ZO-4
11.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych (2)	0	0	0	13	0	2	W/D	ZO-4
12.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu (3)	13	0	2	0	0	0	W	ZO-3
13.	Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu (3)	13	0	2	0	0	0	W	ZO-3
14.	Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej (4)	0	0	0	13	0	2	W/D	ZO-4
15.	Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej (4)	0	0	0	13	0	2	W/D	ZO-4
16.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej (5)	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-4
17.	Specjalizacja dodatkowa (6)	0	65	5	0	65	5	D	ZO/E-4
	Razem	56	248	35	65	181	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

** GRUPA ZAJĘĆ DO WYBORU W RAMACH SPECJALNOŚCI

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI – TRENING SPORTOWY

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metabolizm wysiłkowy	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-3
2.	Fizjologia sportu	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO-3
3.	Periodyzacja żywienia w sporcie	0	0	0	0	13	2	D	ZO-4
4.	Periodyzacja i planowanie w treningu sportowym	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-4
5.	Kontrola motoryczna	0	0	0	7	6	2	W/D	ZO-4
6.	Czynniki psychologiczne w sporcie wyczynowym	0	0	0	0	7	1	D	ZO-4
7.	Biochemiczne monitorowanie treningu sportowego	0	0	0	0	13	2	D	ZO-4
8.	Biomechanika sportu	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
9.	Specyfika kształtowania zdolności motorycznych kobiet	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
	Razem	12	52	10	13	45	9		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI – OPIEKUN OSOBY STARSZEJ / ASYSTENT OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Podstawy geriatric i defektologii	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
2.	Metodyka pracy opiekunów z osobą starszą lub osobą niepełnosprawną	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
3.	Żywnienie i suplementacja osób starszych lub osób niepełnosprawnych	6	0	1	0	0	0	W	ZO-3
4.	Psychologia osób starszych lub osób niepełnosprawnych	0	6	1	0	0	0	D	ZO-3
5.	Podstawy prawne i organizacyjne opieki nad osobą starszą lub osobą niepełnosprawną	6	0	1	0	0	0	W	ZO-4
6.	Aktywizacja społeczna i zawodowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	0	0	0	0	7	1	D	ZO-4
7.	Aktywność fizyczna osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	0	13	2	0	13	2	D	ZO-4
8.	Komunikacja niewerbalna	0	0	0	13	0	2	W	ZO-4
9.	Metody relaksacji	0	0	0	0	6	1	D	ZO-4
10.	Terapia zajęciowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	0	0	0	0	13	2	D	ZO-4
11.	Praktyka	0	13	1	0	13	1	-	ZO-4
12.	Egzamin końcowy (1,2,7)	0	0	0	0	0	0	-	E-4
	Razem	12	58	10	13	52	9		

(1) Formy aktywności ruchowej (2 do wyboru):

semestr 4

- | | |
|---|-------|
| 1. Boot Camp | - 1 D |
| 2. Joga | - 1 D |
| 3. Podstawy kształtowania siły mięśniowej | - 1 D |
| 4. Siatkówka plażowa | - 1 D |

(2) Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych

(2 do wyboru):

semestr 4

- | | |
|--|------|
| 1. Dyscyplina w klasie i zespole sportowym | – 1W |
| 2. Emisja głosu – trening dykcyjny | – 1W |
| 3. Przeciwdziałania agresji w szkole | – 1D |

(3) Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu (2 do wyboru):

semestr 3

- | | |
|---|------|
| 1. Regeneracja i odnowa biologiczna w sporcie | – 1W |
| 2. Żywienie i suplementacja w sporcie | – 1W |

(4) Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej (2 do wyboru):

semestr 4

- | | |
|--|------|
| 1. Diagnozowanie aktywności fizycznej dzieci i młodzieży | – 2D |
| 2. Podstawy form fitness | – 1W |

(5) Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej (1 do wyboru):

semestr 3 i 4

- | | |
|--|------|
| 1. Fitness – Boot camp | - 1D |
| 2. Fitness – funkcjonalny trening siłowy | - 1D |

(6) Specjalizacja dodatkowa:

(1 do wyboru – specjalizacja instruktora sportu lub trener personalny)

SPECJALIZACJA INSTRUKTORA SPORTU

semestr 3 i 4

wspólnie z 3-letnimi niestacjonarnymi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek sport – podane na str. 117

Uzyskanie zaliczenia ze specjalizacji instruktora sportu jest obligatoryjne, ale nie daje uprawnień instruktorskiego. Warunkiem uzyskania uprawnień instruktora sportu jest uzyskanie zaliczenia oraz pozytywna ocena z egzaminu końcowego. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów. Egzamin jest fakultatywny i nie jest wymagany do zaliczenia semestru (roku) studiów.

1. Trener personalny – 1D

(przedmioty wchodzące w realizację specjalizacji w tabeli poniżej)

SPECJALIZACJA DODATKOWA – TRENER PERSONALNY

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Dietetyczne i suplementacyjne wspomaganie w sporcie i rekreacji	0	26	2	0	0	0	D	ZO-3
2.	Kształtowanie sylwetki ciała	0	26	2	0	26	2	D	ZO-4
3.	Aerobowe formy aktywności fizycznej	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
4.	Identyfikacja potencjału motorycznego	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
5.	Nowoczesne formy treningu siłowego	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
6.	Trening dzieci oraz osób starszych	0	13	1	0	0	0	D	ZO-4
7.	Egzamin końcowy	-	-	-	-	-	-	-	E-4
	Razem	0	65	5	0	65	5		

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE

(nieobowiązkowe odpłatne) - kontynuacja

2 letnie studia drugiego stopnia II rok (3 i 4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek wychowanie fizyczne oraz 3-letnimi studiami pierwszego stopnia III rok (5 i 6 semestr) kierunek sport – podane na str. 20

TURYSTYKA I REKREACJA

niestacjonarne 2 - letnie studia drugiego stopnia - rok I

specjalności: turystyka aktywna

turystyka i rekreacja zdrowotna

turystyka alternatywna

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny

27.09.2025

Zajęcia w semestrze zimowym

04.10.2025 – 21.12.2025

(01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Wybory w semestrze 1:

- język obcy do wyboru

- seminarium dyplomowe

Sesja egzaminacyjna

10.01.2026 – 18.01.2026

Sesja poprawkowa

24.01.2026 – 01.02.2026

Przerwa międzysemestralna

02.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

06.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia, IIa, IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Historia kultury	10.01	24.01
Socjologia czasu wolnego	11.01	25.01

Egzaminy dla specjalności: turystyka aktywna

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia</i>	<i>Popr.</i>
Turystyka aktywna	17.01	31.01

TURYSTYKA I REKREACJA

niestacjonarne 2 - letnie studia drugiego stopnia - rok I

specjalności: turystyka aktywna

turystyka i rekreacja zdrowotna

turystyka alternatywna

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim

01.03.2026 – 24.05.2026

Wybory w semestrze 2:

- wykładu monograficznego

- specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej realizowanej w formie obozu turystyki kwalifikowanej

Przerwa świąteczna wiosenna

02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa

01.05.2026 – 06.05.2026

Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w semestrze zimowym (III)

11.05.2026 – 29.05.2026

Sesja egzaminacyjna

30.05.2026 – 31.05.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.

07.06.2026

Sesja poprawkowa

05.09.2026 – 06.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.

13.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia, IIa, IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Diagnostyka pozytywnych mierników zdrowia	30.05	05.09

Egzaminy dla specjalności: turystyka i rekreacja zdrowotna

<i>Przedmiot</i>	<i>IIIa</i>	<i>Popr.</i>
Rekreacyjny trening zdrowotny	31.05	06.09

Egzaminy dla specjalności: turystyka alternatywna

<i>Przedmiot</i>	<i>IIa</i>	<i>Popr.</i>
Backpacking	31.05	06.09

TURYSTYKA I REKREACJA

niestacjonarne 2 - letnie studia drugiego stopnia - rok I

specjalności: turystyka aktywna

turystyka i rekreacja zdrowotna

turystyka alternatywna

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Bioróżnorodność	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
2.	Historia kultury	13	0	2	0	0	0	W	ZO/E-1
3.	Socjologia czasu wolnego	13	6	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
4.	Problemy polityczne współczesnego świata a turystyka	0	0	0	13	0	2	W	ZO-2
5.	Polityka turystyczna	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
6.	Regiony turystyczne	0	0	0	13	13	4	W/D	ZO-2
7.	Turystyka sportowa	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
8.	Turystyka przemysłowa	0	0	0	13	6	3	W/D	ZO-2
9.	Zagadnienia rekreacji i czasu wolnego w badaniach naukowych	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
10.	Rynek usług turystycznych i rekreacyjnych	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
11.	Zarządzanie organizacjami sportowymi i turystycznymi	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
12.	Prawo w turystyce i rekreacji	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
13.	Diagnostyka pozytywnych mierników zdrowia	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO/E-2
14.	Fitness i wellness	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
15.	Zarządzanie stresem	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
16.	Statystyka matematyczna	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
17.	Informatyka w turystyce i rekreacji	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
18.	Metodologia badań naukowych	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
19.	Seminarium magisterskie	0	0	0	0	6	1	*	ZO/E-4
20.	Język angielski	0	13	2	0	13	2	D	ZO/E-3
21.	Język obcy – do wyboru***	0	0	0	0	13	2	D	ZO-4
22.	Ochrona własności intelektualnej	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
23.	Grupa zajęć z zakresu specjalności**	12	19	5	13	33	7	-	-
24.	Szkolenie BHP 4 godziny	4	0	0	0	0	0	-	ZZ
	Razem	90	100	30	76	115	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

****Grupa zajęć z zakresu specjalności****GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI: TURYSTYKA AKTYWNA**

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Turystyka aktywna	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Geograficzne i kulturowe uwarunkowania turystyki aktywnej	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
3.	Turystyka aktywna na obszarach chronionych	0	0	0	6	7	2	W/D	ZO-2
4.	Kompetencje lidera grupy turystycznej	0	0	0	7	13	3	W/D	ZO-2
5.	Turystyka aktywna na wodzie	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
	Razem	12	19	5	13	33	7		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI: TURYSTYKA I REKREACJA ZDROWOTNA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Rekreacyjny trening zdrowotny	0	0	0	7	13	3	W/D	ZO/E-2
2.	Żywnienie i suplementacja	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
3.	Interpersonalne uwarunkowania aktywności fizycznej	0	0	0	6	7	2	W/D	ZO-2
4.	Diagnostyka funkcjonalna w rekreacji	0	7	1	0	0	0	D	ZO-1
5.	Trening funkcjonalny	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
6.	Prozdrowotne formy turystyki i rekreacji	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
	Razem	12	19	5	13	33	7		

GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI: TURYSTYKA ALTERNATYWNA

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Wprowadzenie do turystyki alternatywnej	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
2.	Obsługa klienta niszowego	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
3.	Rynek turystyki niszowej	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
4.	E-tourism	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
5.	Turystyka zaangażowana	0	0	0	13	0	2	W	ZO-2
6.	Backpacking	0	0	0	0	20	3	D	ZO/E-2
	Razem	12	19	5	13	33	7		

***** Język obcy – do wyboru****Semestr 2** (1 przedmiot do wyboru):

(przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów wg oferty w semestrze 1)

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ

niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok I

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	27.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym (01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)	04.10.2025 – 21.12.2025
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Wybory w semestrze 1: - język obcy do wyboru (<i>na sem. I w pierwszym tygodniu zajęć</i>) - przedmiot z grupy zajęć z zakresu teoretycznych podstaw aktywności fizycznej - seminarium dyplomowe	
Sesja egzaminacyjna	10.01.2026 – 18.01.2026
Sesja poprawkowa	24.01.2026 – 01.02.2026
Przerwa międzysemestralna	02.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS 06.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Anatomia na żywym człowieku	10.01	24.01
Metabolizm wysiłkowy	11.01	25.01
Żywienie i suplementacja w sporcie i rekreacji	17.01	31.01

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim	01.03.2026 – 24.05.2026
Wybory w semestrze 2: - specjalności - specjalizacji instruktora rekreacji ruchowej - przedmiotu z grupy zajęć z zakresu dodatkowych metod wspomagania treningu - form aktywności ruchowej	
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki ogólnej 1 w semestrze zimowym (III)	01.06.2026 – 14.06.2026
Sesja egzaminacyjna	30.05.2026 – 31.05.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	07.06.2026

Sesja poprawkowa	05.09.2026 – 06.09.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	13.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Biomedyczne podłoże zmęczenia i wypoczynku	30.05	05.09

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ
niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok I

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Anatomia na żywym człowieku	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Metabolizm wysiłkowy	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
3.	Fizjologiczne uwarunkowania rozwoju adaptacji	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
4.	Biomedyczne podłoże zmęczenia i wypoczynku	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO/E-2
5.	Aktywność fizyczna w ontogenezie człowieka	13	0	2	0	0	0	W	ZO-1
6.	Aktywność fizyczna w profilaktyce zdrowia psychospołecznego	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
7.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu teoretycznych podstaw aktywności fizycznej**	0	0	0	13	0	2	W	ZO-2
8.	Podstawy Public Relations	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
9.	Zarządzanie obiektami fitness	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
10.	Historia żywienia i kuchni świata	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
11.	Żywnienie i suplementacja w sporcie i rekreacji	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
12.	Wspomaganie zdrowia suplementami diety	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
13.	Diety alternatywne	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
14.	Psychodietetyka	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
15.	Zaburzenia odżywiania sportowców o podłożu psychogennym	0	0	0	0	6	1	D	ZO-2
16.	Trening funkcjonalny	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO-1
17.	Trening szybkości i wytrzymałości	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO-2
18.	Trening gibkościowy	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
19.	Psychopedagogiczne aspekty pracy trenera osobistego	0	6	1	0	0	0	D	ZO-1
20.	Trening mentalny w pracy z klientem indywidualnym	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO-1
21.	Fitness i wellness	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO-2
22.	Kalistenika	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
23.	Kinezyjologiczna analiza motoryczności człowieka	6	6	2	0	0	0	W/D	ZO-1
24.	Farmakologiczne wspomaganie procesu treningowego	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-2
25.	Język obcy do wyboru***	0	13	2	0	13	2	D	ZO-2
26.	Metodologia z elementami statystyki	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO-2
27.	Seminarium magisterskie	0	0	0	0	6	1	*	ZO/E-4
28.	Szkolenie BHP 4 godziny w sem. 1	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	77	115	30	61	127	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

**** Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu teoretycznych podstaw aktywności fizycznej**

(1 do wyboru)

Semestr 2

(przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów wg oferty w semestrze 1)

***** Język obcy do wyboru** (1 przedmiot do wyboru):

Semestr 1 i 2

(przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów)

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ

niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

semestr 3

Zajęcia w semestrze zimowym	04.10.2025 – 21.12.2025
(01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)	
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Praktyka ogólna 1 - 180 godz.	01.07.2025 – 30.01.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki ogólnej	
2 w semestrze letnim (IV)	07.01.2026 – 18.01.2026
Sesja egzaminacyjna	10.01.2026 – 11.01.2026
Sesja poprawkowa	17.01.2026 – 18.01.2026
Przerwa międzysemestralna	19.01.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **25.01.2026**

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS **13.02.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Periodyzacja żywienia w dyscyplinach wytrzymałościowych - zajęcia praktyczne na programie	10.01	17.01
Periodyzacja żywienia w dyscyplinach szybkościowo-siłowych - zajęcia praktyczne na programie	11.01	18.01

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim	01.03.2026 – 24.05.2026
Praktyka ogólna 2 - 180 godz.	02.02.2026 – 24.05.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Sesja egzaminacyjna	06.06.2026 – 07.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz.	10.06.2025
Sesja poprawkowa	13.06.2026 – 14.06.2026
Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr.	19.06.2026

I termin złożenia pracy magisterskiej	26.06.2026
I cykl egzaminu magisterskiego	06.07.2026 – 10.07.2026

II termin złożenia pracy magisterskiej	15.09.2026
II cykl egzaminu magisterskiego	23.09.2026 – 30.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej	06.06	13.06
Egzamin ze specjalności (trener przygotowania motorycznego)	07.06	14.06
Egzamin dyplomowy – terminy indywidualne w cyklach egzaminu magisterskiego		

TRENER OSOBISTY Z DIETETYKĄ SPORTOWĄ

niestacjonarne 2-letnie studia drugiego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Organizowanie żywienia w klubach sportowych	0	6	1	0	0	0	D	ZO-3
2.	Periodyzacja żywienia w dyscyplinach wytrzymałościowych - zajęcia praktyczne na programie	0	13	2	0	0	0	D	ZO/E-3
3.	Periodyzacja żywienia w dyscyplinach szybkościowo-siłowych - zajęcia praktyczne na programie	0	13	2	0	0	0	D	ZO/E-3
4.	Planowanie i praktyczne przygotowywanie diet – zajęcia praktyczne w pracowni dietetyki	0	0	0	0	33	5	Ć	ZO-4
5.	Trening siły i mocy mięśniowej	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO-3
6.	Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej **	0	39	3	0	39	3	D	ZO/E-4
7.	Odnowa biologiczna	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-4
8.	Formy aktywności ruchowej ***	0	13	2	0	13	2	D	ZO-4
9.	Fizjoprofilaktyka z elementami terapii	6	13	3	0	0	0	W/Ć	ZO-3
10.	Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu dodatkowych metod wspomagania treningu****	0	0	0	0	6	1	D	ZO-4
11.	Seminarium magisterskie	0	6	1	0	6	1	*	ZO/E-4
12.	Praktyka ogólna 1	0	180	6	0	0	0	-	ZO-3
13.	Praktyka ogólna 2	0	0	0	0	180	6	-	ZO-4
14.	Grupa zajęć z zakresu specjalności *	19	26	7	18	46	10	-	ZO/E-4
	Razem	31	322	30	24	329	30		

* zajęcia prowadzone indywidualnie z promotorem

*** Grupa zajęć do wyboru z zakresu specjalności.**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Identyfikacja talentu i potencjału sportowego	6	0	1	0	0	0	W	ZO-3
2.	Diagnostyka stanu wytrenowania	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
3.	Periodyzacja kształtowania zdolności motorycznych	13	13	4	0	0	0	W/D	ZO-3
4.	Przygotowanie motoryczne w grach zespołowych	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO-4
5.	Przygotowanie motoryczne w sportach indywidualnych	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO-4
6.	Przygotowanie motoryczne w sporcie dzieci i młodzieży	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO-4
7.	Indywidualizacja programowania treningu sportowego	0	0	0	0	7	1	D	ZO-4
8.	Egzamin	0	0	0	0	0	0	-	E-4
	Razem	19	26	7	18	46	10		

**** Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej**

Semestr 3 i 4 (1 do wyboru)

1. Aquafitness - 1 D
2. Fitness – funkcjonalny trening siłowy - 1 D

***** Formy aktywności ruchowej**

Semestr 3 (1 do wyboru)

1. Badminton - 1 D
2. Pływanie z elementami ratownictwa wodnego - 1 D

Semestr 4 (1 do wyboru)

1. Joga - 1 D
2. Terenowe formy kształtowania wytrzymałości specjalnej - 1 D

****** Przedmiot do wyboru z grupy zajęć z zakresu dodatkowych metod wspomagania treningu**

Semestr 4 (1 do wyboru)

1. Elementy masażu i technik manualnych - 1 Ć
2. Trening z wykorzystaniem aplikacji mobilnych i wirtualnej rzeczywistości - 1 D

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: *trener przygotowania motorycznego*
trener przygotowania mentalnego
trener wybranej dyscypliny sportu

semestr 1

Dzień szkoleniowo-organizacyjny	27.09.2025
Zajęcia w semestrze zimowym (01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)	04.10.2025 – 21.12.2025
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Sesja egzaminacyjna	10.01.2026 – 11.01.2026
Sesja poprawkowa	17.01.2026 – 18.01.2026
Przerwa międzysemestralna	19.01.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **25.01.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Anatomia	10.01	17.01
Teoria wychowania fizycznego	11.01	18.01

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: *trener przygotowania motorycznego*
trener przygotowania mentalnego
trener wybranej dyscypliny sportu

semestr 2

Zajęcia w semestrze letnim 01.03.2026 – 17.05.2026

Wybory w semestrze 2:

- obozu szkoleniowego zimowego
- obozu szkoleniowego letniego
- form aktywności ruchowej

Przerwa świąteczna wiosenna 02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa 01.05.2026 – 06.05.2026

Sesja egzaminacyjna 23.05.2026 – 14.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 21.06.2026

Sesja poprawkowa 05.09.2026 – 26.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 27.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Biochemia	23.05	05.09
Antropomotoryka	24.05	06.09
Gimnastyka	30.05	12.09
Lekka atletyka	31.05	13.09
Pływanie	06.06	19.09

Egzaminy dla specjalności: *trener przygotowania motorycznego*

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab, IIab</i>	<i>Popr.</i>
Planowanie i programowanie treningu	07.06	20.09

Egzaminy dla specjalności: *trener wybranej dyscypliny sportu*

<i>Przedmiot</i>	<i>IIab</i>	<i>Popr.</i>
Przygotowanie techniczne	07.06	20.09
Szkolenie dzieci i młodzieży	13.06	26.09

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok I

specjalność: *trener przygotowania motorycznego*
trener przygotowania mentalnego
trener wybranej dyscypliny sportu

Przedmioty obligatoryjne realizowane wspólnie dla wszystkich specjalności.

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Anatomia	6	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
2.	Biochemia	0	0	0	13	13	4	W/D	ZO/E-2
3.	Antropomotoryka	0	0	0	13	13	4	W/D	ZO/E-2
4.	Teoria wychowania fizycznego	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO/E-1
5.	Gimnastyka	0	13	2	0	13	2	D	ZO/E-2
6.	Lekka atletyka	0	13	2	0	13	2	D	ZO/E-2
7.	Pływanie	0	13	2	0	13	2	Ć-1 sem. Ć-2 sem.	ZO/E-2
8.	Koszykówka	0	13	2	0	0	0	D	ZO/E-4
9.	Piłka nożna	0	0	0	0	13	2	D	ZO/E-5
10.	Piłka ręczna	0	0	0	0	13	2	D	ZO/E-5
11.	Podstawy nauczania na odległość	0	6	1	0	0	0	D	ZO-1
12.	Prawo i organizacja w kulturze fizycznej	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
13.	Podstawy prowadzenia działalności gospodarczej	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
14.	Ochrona własności intelektualnej	6	0	1	0	0	0	W	ZO-1
15.	Podstawy dydaktyki	26	13	3	0	0	0	W/D	ZO-1
16.	Pedagogika	26	13	3	13	13	2	W/D	ZO-2
17.	Warsztaty pedagogiczne*	0	0	0	0	26	2	D	ZO-2
18.	Socjologia sportu	0	13	1	0	0	0	D	ZO-1
19.	Grupa zajęć z zakresu specjalności**	0	32	5	0	52	8	-	-
21.	Szkolenie BHP 4 godziny w sem. 1	4	0	0	0	0	0	-	ZZ-1
	Razem	106	155	30	39	182	30		

* Zajęcia ściśle zintegrowane z realizacją praktyk pedagogicznych

**** Grupa zajęć do wyboru z zakresu specjalności**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	0	6	1	0	6	1	D	ZO/E-6
2.	Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	0	6	1	0	6	1	D	ZO/E-6
3.	Identyfikacja potencjału zawodnika	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
4.	Planowanie i programowanie treningu	0	13	2	0	13	2	D	ZO/E-2
5.	Kształtowanie siły i mocy zawodnika	0	0	0	0	7	1	D	ZO-4
6.	Kształtowanie wytrzymałości	0	7	1	0	0	0	D	ZO-1
7.	Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych	0	0	0	0	7	1	D	ZO-2
	Razem	0	32	5	0	52	8		

specjalność: trener przygotowania mentalnego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Trening psychomotoryczny	0	0	0	0	13	2	D	ZO-2
2.	Emocje i motywacja w sporcie	0	13	2	0	13	2	D	ZO-2
3.	Trening umiejętności psychospołecznych	0	6	1	0	0	0	D	ZO-1
4.	Psychologia sportu dzieci i młodzieży	0	0	0	0	13	2	D	ZO-3
5.	Podstawy psychologii sportu	0	13	2	0	0	0	D	ZO-1
6.	Techniki treningu mentalnego	0	0	0	0	13	2	D	ZO-3
	Razem	0	32	5	0	52	8		

specjalność: trener wybranej dyscypliny sportu

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 1			semestr 2			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Przygotowanie techniczne	0	13	2	0	13	2	D*	ZO/E-2
2.	Nowoczesne technologie IT w sporcie	0	0	0	0	13	2	D*	ZO-6
3.	Identyfikacja talentu sportowego	0	0	0	0	7	1	D*	ZO-4
4.	Szkolenie dzieci i młodzieży	0	13	2	0	13	2	D*	ZO/E-2
5.	Motywowanie w sporcie	0	6	1	0	6	1	D*	ZO-2
	Razem	0	32	5	0	52	8		

* Przedmioty specjalnościowe realizowane są w następujących grupach:

TRENER WYBRANEJ DYSCYPLINY SPORTU - WYKAZ SPECJALNOŚCI:
(przedmioty zostaną podane po wyborze przez studentów po zakończonej rekrutacji)

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

semestr 3

Zajęcia w semestrze zimowym 04.10.2025 – 18.01.2026

(01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)

Praktyka w ramach przygotowania psychologiczno – pedagogicznego (32 godz.)

01.10.2025 – 30.01.2026

Przerwa świąteczna zimowa

22.12.2025 – 06.01.2026

Obóz szkoleniowy zimowy (do wyboru)

Narciarstwo zjazdowe; Narciarstwo biegowe; Snowboard

10.01.2026 – 16.01.2026

Sesja egzaminacyjna

24.01.2026 – 25.01.2026

Sesja poprawkowa

31.01.2026 – 01.02.2026

Przerwa międzysemestralna

02.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS

08.02.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS

13.02.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Fizjologia	24.01	31.01

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

semestr 4

Zajęcia w semestrze letnim 01.03.2026 – 17.05.2026

Praktyka asystencka w szkole podstawowej (*wychowanie fizyczne – 50 godz.*)
01.03.2026 – 31.05.2026

Wybory w semestrze 4:

- specjalizacji instruktora sportu
- terenowych form aktywności lekkoatletycznej
- wykładu monograficznego

Przerwa świąteczna wiosenna 02.04.2026 – 08.04.2026

Przerwa majowa 01.05.2026 – 06.05.2026

Obóz szkoleniowy letni (do wyboru)

Letnie formy aktywności

I termin 07.06.2026 – 14.06.2026

II termin 23.08.2026 – 30.08.2026

Windsurfing

I termin 07.06.2026 – 14.06.2026

II termin 30.08.2026 – 06.09.2026

Sesja egzaminacyjna 23.05.2026 – 31.05.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 07.06.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS 12.06.2026

Końcowy termin wpisu zaliczenia obozu szkoleniowego letniego w USOS 08.09.2026

Sesja poprawkowa 12.09.2026 – 20.09.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 23.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Iab</i>	<i>Popr.</i>
Antropologia	23.05	12.09
Biomechanika	24.05	13.09
Koszykówka	30.05	19.09
Siatkówka	31.05	20.09

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok II

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Przedmioty oraz wykłady z grupy zajęć obligatoryjnych

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Antropologia	0	0	0	6	13	3	W/D	ZO/E-4
2.	Fizjologia	13	13	4	0	0	0	W/D	ZO/E-3
3.	Podstawy żywienia	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
4.	Biomechanika	0	0	0	13	13	4	W/D	ZO/E-4
5.	Metodyka wychowania fizycznego	0	26	2	0	26	2	D	ZO/E-6
6.	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-3
7.	Koszykówka	0	0	0	0	13	2	Ć	ZO/E-4
8.	Siatkówka	0	13	2	0	13	2	D-3 sem. Ć-4 sem.	ZO/E-4
9.	Zabawy i gry ruchowe	0	13	2	0	0	0	D	ZO-3
10.	Technologia informacyjna	0	6	1	0	6	1	D	ZO-4
11.	Psychologia	26	13	3	26	13	3	W/D	ZO-4
12.	Warsztaty psychologiczne*	0	0	0	0	13	1	D	ZO-4
13.	Praktyka w ramach przygotowania psychologiczno-pedagogicznego	0	32	2	0	0	0	–	ZO-3
14.	Praktyka asystencka w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne)	0	0	0	0	50	3	–	ZO-4
15.	Grupa zajęć z zakresu specjalności**	0	32	5	0	32	5	–	–
16.	FAR*****	0	6	1	0	0	0	D	ZO-3
17.	Obóz szkoleniowy letni ****	0	0	0	0	52	4	–	ZO-4
18.	Obóz szkoleniowy zimowy ***	0	52	4	0	0	0	–	ZO-3
	Razem	52	232	30	45	244	30		

* Zajęcia ściśle zintegrowane z realizacją praktyk pedagogicznych

**** Grupa zajęć z zakresu specjalności**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 3			semestr 4			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	0	6	1	0	6	1	D	ZO/E-6
2.	Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	0	6	1	0	6	1	D	ZO/E-6
3.	Trening funkcjonalny	0	0	0	0	7	1	D	ZO-4
4.	Kształtowanie siły i mocy zawodnika	0	13	2	0	6	1	D	ZO-4
5.	Kształtowanie szybkości	0	7	1	0	0	0	D	ZO-3
6.	Kształtowanie gibkości	0	0	0	0	7	1	D	ZO-4
	Razem	0	32	5	0	32	5		

***** Obóz szkoleniowy zimowy**

semestr 3

wspólnie ze stacjonarnymi 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (3 semestr) kierunek sport – podane na str. 81

****** Obóz szkoleniowy letni**

semestr 4

wspólnie ze stacjonarnymi 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (3 semestr) kierunek sport – podane na str. 81

******* FAR**

semestr 3

1. Judo - 1D
2. Skoki na trampolinie - 1D

DODATKOWA SPECJALIZACJA TRENERSKA W DANYM SPORCIE

(nieobowiązkowe odpłatne)

3-letnie studia pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek sport wspólnie z 3-letnimi studiami pierwszego stopnia II rok (4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne oraz 2-letnimi studiami drugiego stopnia I rok (2 semestr) kierunek wychowanie fizyczne – podane na str. 14

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trener przygotowania motorycznego

semestr 5

Zajęcia w semestrze zimowym	04.10.2025 – 21.12.2025
(01-02.11.2025 – dni wolne od zajęć dydaktycznych)	
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w organizacji sportowej w semestrze zimowym (V)	25.08.2025 – 07.09.2025
Praktyka dydaktyczna w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne – 50 godz.)	01.10.2025 – 30.01.2026
Przerwa świąteczna zimowa	22.12.2025 – 06.01.2026
Praktyka w organizacji sportowej (26 godz.)	01.10.2025 – 30.01.2026
Termin składania podań przez studentów o wyrażenie zgody na odbycie praktyki w organizacji sportowej w semestrze letnim (VI)	07.01.2026 – 25.01.2026
Sesja egzaminacyjna	10.01.2026 – 18.01.2026
Sesja poprawkowa	24.01.2026 – 01.02.2026
Przerwa międzysemestralna	02.02.2026 – 28.02.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS **08.02.2026**

Końcowy termin wpisu zaliczenia praktyki w USOS **13.02.2026**

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia</i>	<i>Popr.</i>
Historia kultury fizycznej i olimpizm	10.01	24.01
Piłka nożna	11.01	25.01
Piłka ręczna	17.01	31.01

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trener przygotowania motorycznego

semestr 6

Zajęcia w semestrze letnim	01.03.2026 – 17.05.2026
Przerwa świąteczna wiosenna	02.04.2026 – 08.04.2026
Przerwa majowa	01.05.2026 – 06.05.2026
Praktyka w organizacji sportowej (26 godz.)	01.03.2026 – 31.05.2026
Praktyka z organizacji szkolnych imprez sportowych (20 godz.)	01.03.2026 – 31.05.2026
Sesja egzaminacyjna	23.05.2026 – 13.06.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji egz. 14.06.2026

Sesja poprawkowa 20.06.2026 – 11.07.2026

Końcowy termin wpisu ocen w USOS dla sesji popr. 12.07.2026

Pierwszy cykl egzaminu dyplomowego 06.07.2026 – 10.07.2026

Drugi cykl egzaminu dyplomowego 13.07.2026 – 17.07.2026

Poprawkowy egzamin dyplomowy 07.09.2026 – 11.09.2026

Egzaminy

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia</i>	<i>Popr.</i>
Teoria sportu	23.05	20.06
Metodyka wychowania fizycznego	24.05	21.06
Język obcy	30.05	27.06
Specjalizacja instruktora sportu	31.05	28.06

Egzaminy dla specjalności: trener przygotowania motorycznego

<i>Przedmiot</i>	<i>Ia</i>	<i>Popr.</i>
Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	06.06	04.07
Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	07.06	05.07
Diagnostyka stanu wytrenowania zawodnika	13.06	11.07

SPORT

niestacjonarne 3-letnie studia pierwszego stopnia - rok III

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Przedmioty oraz wykłady z grupy zajęć obligatoryjnych

Lp.	Przedmiot	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Metody oceny wydolności fizycznej	0	0	0	0	6	1	D	ZO-6
2.	Teoria sportu	0	0	0	13	13	4	W/D	ZO/E-6
3.	Filozofia – elementy etyki	0	0	0	6	6	2	W/D	ZO-6
4.	Historia kultury fizycznej i olimpizm	13	6	3	0	0	0	W/D	ZO/E-5
5.	Metodyka wychowania fizycznego	0	26	2	13	13	2	W/D	ZO/E-6
6.	Rytmika i taniec	0	0	0	0	6	1	D	ZO-6
7.	Piłka nożna	0	13	2	0	0	0	Ć	ZO/E-5
8.	Piłka ręczna	0	13	2	0	0	0	Ć	ZO/E-5
9.	Język obcy ¹	0	13	2	0	13	2	D	ZO/E-6
10.	Pierwsza pomoc przedmedyczna	0	0	0	0	6	1	Ć	ZO-6
11.	Zarządzanie w sporcie	0	0	0	0	13	2	D	ZO-6
12.	Emisja głosu	13	13	2	0	0	0	W/D	ZO-5
13.	Praktyka dydaktyczna w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne)	0	50	3	0	0	0	-	ZO-5
14.	Praktyka w organizacji sportowej (śród semestralna)	0	26	2	0	26	2	-	ZO-5,6
15.	Praktyka z organizacji szkolnych imprez sportowych	0	0	0	0	20	1	-	ZO-6
16.	Grupa zajęć z zakresu specjalności*	0	39	6	0	45	7	-	-
17.	Specjalizacja instruktora sportu**	0	65	5	0	65	5	-	ZO/E-6
18.	Wykład monograficzny***	0	0	0	6	0	1	W	ZO-6
19.	Terenowe formy aktywności lekkoatletycznej****	0	6	1	0	6	1	D	ZO-6
	Razem	26	270	30	38	238	32		

¹ Język obcy – język angielski

*** Grupa zajęć z zakresu specjalności**

specjalność: trener przygotowania motorycznego

Lp.	Nazwa przedmiotu	semestr 5			semestr 6			grupy	E/Z
		w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS		
1.	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	0	6	1	0	6	1	D	ZO/E-6
2.	Kształtowanie sprawności specjalnej - sporty indywidualne	0	6	1	0	6	1	D	ZO/E-6
3.	Żywnienie i suplementacja w przygotowaniu motorycznym	0	14	2	0	0	0	D	ZO-5
4.	Nowoczesne metody i środki treningu	0	0	0	0	13	2	D	ZO-6
5.	Diagnostyka stanu wytrenowania zawodnika	0	13	2	0	13	2	D	ZO/E-6
6.	Profilaktyka urazów zawodnika	0	0	0	0	7	1	D	ZO-6
	Razem	0	39	6	0	45	7		

**** do wyboru specjalizacja instruktora sportu (w wymiarze 130 godz.)**

Uzyskanie zaliczenia ze specjalizacji jest obligatoryjne, ale nie daje uprawnień instruktorskiego. Warunkiem uzyskania uprawnień instruktora sportu jest uzyskanie zaliczenia oraz pozytywna ocena z egzaminu końcowego. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów. Egzamin jest fakultatywny i nie jest wymagany do zaliczenia semestru (roku) studiów.

SPECJALIZACJA INSTRUKTORA SPORTU

wspólnie z 2-letnimi niestacjonarnymi studiami drugiego stopnia II rok (3 i 4 semestr) kierunek wychowanie fizyczne

semestr 5 i 6

1. Kulturystyka - 1D
2. Tenis - 1D

***** WYKŁAD MONOGRAFICZNY**

semestr 6

1. Teoretyczne podstawy sportów indywidualnych - 1 W

******TERENOWE FORMY AKTYWNOŚCI LEKKOATLETYCZNEJ**

(Przedmioty w semestrze 6 realizowane będą w formie wyjazdowej)

semestr 5 i 6

1. Nordic walking - 1 D