I ROK 2025/2026 Załącznik nr 2 do Uchwały nr AR001-14-IX/2025 z d. 30.09.25.

KIERUNEK: SPORT

PLAN NIESTACJONARNYCH STUDIÓW PIERWSZEGO STOPNIA

PROFIL: PRAKTYCZNY, TYTUŁ ZAWODOWY ABSOLWENTA: LICENCJAT

Lp.	Nazwa grupy zajęć	godziny	Nazwa przedmiotu	Suma godzin				I rok						II rok						III rok						ZALICZENIA (ZO - z oceną)	Egzaminy (E)	
				Razem		Wykłady	Ćwiczenia	1 sem.			2 sem.			3 sem.			4 sem.			5 sem.			6 sem.					
				Godziny	ECTS			W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS			
I. GRUPA ZAJĘĆ OBLIGATORYJNYCH																												
A. GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU NAUK PODSTAWOWYCH																												
1	Grupa zajęć fizjologiczno-medycznych	109	Anatomia	19	3	6	13	6	13	3																ZO	E	1
2			Antropologia	19	3	6	13										6	13	3							ZO	E	4
3			Biochemia	26	4	13	13				13	13	4													ZO	E	2
4			Fizjologia	26	4	13	13							13	13	4										ZO	E	3
5			Metody oceny wydolności fizycznej	6	1	0	6																	6	1	ZO		6
6			Podstawy żywienia	13	2	0	13								13	2										ZO		3
7	Grupa zajęć motoryczności człowieka	78	Teoria sportu	26	4	13	13																13	13	4	ZO	E	6
8			Antropomotoryka	26	4	13	13				13	13	4													ZO	E	2
9			Biomechanika	26	4	13	13										13	13	4							ZO	E	4
10	Grupa zajęć humanistyczno-społecznych	31	Filozofia - elementy etyki	12	2	6	6																6	6	2	ZO		6
11			Historia kultury fizycznej i olimpizm	19	3	13	6													13	6	3				ZO	E	5
				218	34	96	122	6	13	3	26	26	8	13	26	6	19	26	7	13	6	3	19	25	7			
B. GRUPA ZAJĘĆ PRAKTYCZNYCH KIERUNKOWYCH																												
1	Grupa zajęć teoretycznych	169	Metodyka wychowania fizycznego	104	8	13	91								26	2		26	2		26	2	13	13	2	ZO	E	6
2			Teoria wychowania fizycznego	39	3	26	13	26	13	3																ZO	E	1
3			Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	26	2	13	13							13	13	2										ZO		3
4	Grupa zajęć praktycznych - sporty indywidualne	84	Rytmika i taniec	6	1	0	6																	6	1	ZO		6
5			Gimnastyka	26	4	0	26		13	2		13	2													ZO	E	2
6			Lekka atletyka	26	4	0	26		13	2		13	2													ZO	E	2
7			Pływanie	26	4	0	26		13	2		13	2													ZO	E	2
8	Grupa zajęć praktycznych - sporty zespołowe	117	Koszykówka	26	4	0	26		13	2								13	2							ZO	E	4
9			Piłka nożna	26	4	0	26					13	2								13	2				ZO	E	5
10			Piłka ręczna	26	4	0	26					13	2								13	2				ZO	E	5
11			Siatkówka	26	4	0	26								13	2		13	2							ZO	E	4
12			Zabawy i gry ruchowe	13	2	0	13								13	2										ZO		3
				370	44	52	318	26	65	11	0	65	10	13	65	8	0	52	6	0	52	6	13	19	3			
C. GRUPA ZAJĘĆ OGÓLNOUCZELNIANYCH																												
1	Grupa zajęć ogólnouczelnianych	50	Jezyk obcy	26	4	0	26														13	2		13	2	ZO	E	6
2			Technologia informacyjna	12	2	0	12								6	1		6	1							ZO		4
3			Podstawy nauczania na odległość	6	1	0	6		6	1																ZO		1
4			Pierwsza pomoc przedmedyczna	6	1	0	6																	6	1	ZO		6
5	Grupa zajęć organizacyjno - prawnych	31	Prawo i organizacja w kulturze fizycznej	6	1	6	0	6		1																ZO		1
6			Podstawy prowadzenia działalności gospodarczej	6	1	6	0	6		1																ZO		1
7			Zarządzanie w sporcie	13	2	0	13																	13	2	ZO		6
8			Ochrona własności intelektualnej	6	1	6	0	6		1																ZO		1
				81	13	18	63	18	6	4	0	0	0	0	6	1	0	6	1	0	13	2	0	32	5			
D. GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU PRZYGOTOWANIA PEDAGOGICZNEGO																												
1	Grupa zajęć pedagogicznych	260	Podstawy dydaktyki	39	3	26	13	26	13	3																ZO		1
2			Pedagogika	65	5	39	26	26	13	3	13	13	2													ZO		2
3			Warsztaty pedagogiczne*	26	2	0	26					26	2													ZO		2
4			Psychologia	78	6	52	26							26	13	3	26	13	3							ZO		4
5			Warsztaty psychologiczne*	13	1	0	13											13	1							ZO		4
6			Emisja głosu	26	2	13	13													13	13	2				ZO		5
7			Socjologia sportu	13	1	0	13		13	1																ZO		1
				260	20	130	130	52	39	7	13	39	4	26	13	3	26	26	4	13	13	2	0	0	0			
E. PRAKTYKI																												
1	Grupa zajęć - praktyki	2 tyg.	Praktyka w ramach przygotowania psychologiczno-pedagogicznego	32	2	0	32								32	2										ZO		3
2		3 tyg.	Praktyka w szkole podstawowej (wychowanie fizyczne)	60	3	0	60											60	3							ZO		4
3		3 tyg.	Praktyka w szkole ponadpodstawowej (wychowanie fizyczne)	50	3	0	50														50	3				ZO		5
4		1 tydz.	Praktyka z organizacji szkolnych imprez sportowych	10	1	0	10																	10	1	ZO		6
5		3 tyg.	Praktyka w organizacji sportowej (śród semestralna)	52	4	0	52														26	2		26	2	ZO		6
		14 tyg.		204	13	0	204	0	0	0	0	0	0	0	32	2	0	40	3	0	66	5	0	66	2			
II. GRUPA ZAJĘĆ DO WYBORU																												
F. GRUPA ZAJĘĆ DO WYBORU																												
1	Grupa zajęć z zakresu specjalności	232	Trener przygotowania motorycznego	232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7	ZO		
		232	Trener przygotowania mentalnego	232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7	ZO		
2		232	Trener wybranej dyscypliny sportu	232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7	ZO		
				232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7			
G. GRUPA ZAJĘĆ DO WYBORU Z RÓŻNYCH OBSZARÓW KSZTAŁCENIA - student wybiera jeden rodzaj przedmiotu z każdego modułu, zgodnie z ofertą przedstawioną w semestrze poprzedzającym ropoczęcie zajęć																												
1	Zajęcia z możliwością uzyskania dodatkowych uprawnień	130	Specjalizacja instruktora sportu**	130	10	0	130														65	5		65	5	ZO/E	E	6
2	Przedmioty do wyboru	6	FAR***	6	1	0	6								6	1										ZO		3
3	Obozy	104	Obóz szkoleniowy letni	52	4	0	52											52	4							ZO		4
4			Obóz szkoleniowy zimowy	52	4	0	52								52	4										ZO		3
5	Przedmioty do wyboru	18	Wykład monograficzny	6	1	6	0																6		1	ZO		6
6			Terenowe formy aktywności lekkoatletycznej	12	2	0	12														6	1		6	1	ZO		6
				258	22	6	252	0	0	0	0	0	0	0	58	5	0	52	4	0	71	6	6	71	7			

ZESTAWIENIE

Razem godziny i punkty	Razem		Suma godzin		I rok						II rok						III rok						Razem	
					1 sem.			2 sem.			3 sem.			4 sem.			5 sem.			6 sem.				
	Godziny	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Godziny	ECTS
Zajęcia z zakresu nauk podstawowych	218	34	429	1918	Suma godzin		30	Suma godzin		30	Suma godzin		28	Suma godzin		27	Suma godzin		25	Suma godzin		29	1623	181
Zajęcia o charakterze praktycznym	1058	114			102	155		39	182		52	200		45	194		26	194		38	192			
Zajęcia uzupełniające z zakresu przygotowania pedagogicznego (język obcy, emisja głosu, technologia informacyjna, pierwsza pomoc, odpowiedzialność prawna opiekuna)	81	13			257			221			252			239			220			230				
					Suma godzin w tygodniu																			
Zajęcia z zakresu przygotowania pedagogicznego	772	33			8	12		3	14		4	15		3	15		2	15		3	15			
					20			17			19			18			17			18				
					Razem godziny i ECTS z praktykami																			
Grupa zajęć do wyboru (min. 30%)	728	56			257		**30**	221		**30**	284		**30**	279		**30**	286		**30**	296		**31**		
Grupa zajęć do wyboru w procentach	45	31	2347																				181	
Egzaminy	27				2			5			1			4			3			3			1419	

Obowiązkowe szkolenie z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy w wymiarze 4 godzin realizowane jest na początku I semestru.

* Zajęcia ściśle zintegrowane z realizacją praktyk pedagogicznych

** Zaliczenie jest obligatoryjne, warunkiem uzyskania uprawnień instruktora jest przystąpienie i zdanie egzaminu. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów.

*** Zaliczenie jest obligatoryjne

Zatwierdzono Uchwałą nr AR001-016-III/2023 Senatu Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach z dnia 28 marca 2023 r.

H. GRUPY ZAJĘĆ DO WYBORU Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - rozpisane na przedmioty																												
Specjalność: Trener w wybranej dyscyplinie sportowej																												
1	Specjalność: Trener wybranej dyscypliny sportu	Przygotowanie techniczne	26	4	0	26		13	2		13	2													ZO	E	2
2		Przygotowanie taktyczne	38	6	0	38								19	3					19	3				ZO	E	5
3		Przygotowanie motoryczne	39	6	0	39								13	2		13	2		13	2				ZO	E	5
4		Nowoczesne technologie IT w sporcie	26	4	0	26					13	2											13	2	ZO		6
5		Identyfikacja talentu sportowego	13	2	0	13					7	1					6	1							ZO		4
6		Żywienie i suplementacja w sporcie	13	2	0	13																	13	2	ZO		6
7		Przepisy i organizacja zawodów sportowych	13	2	0	13														7	1		6	1	ZO		6
8		Planowanie i kontrola procesu treningowego	13	2	0	13																	13	2	ZO		6
9		Szkolenie dzieci i młodzieży	26	4	0	26		13	2		13	2													ZO	E	2
10		Zarządzanie zespołem	13	2	0	13											13	2							ZO		4
11		Motywowanie w sporcie	12	2	0	12		6	1		6	1													ZO		2
			232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7			
MODUŁ Specjalność: Trener przygotowania mentalnego																												
1.	Specjalność: Trener przygotowania mentalnego	Trening psychomotoryczny	13	2	0	13					13	2													ZO		2
2.		Specyfika pracy z trenerem	13	2	0	13																	13	2	ZO		6
3.		Emocje i motywacja w sporcie	26	4	0	26		13	2		13	2													ZO		2
4.		Uważność w sporcie	13	2	0	13											13	2							ZO		4
5.		Strategie budowania zespołu w sporcie	13	2	0	13																	13	2	ZO		6
6.		Procesy grupowe w sporcie	13	2	0	13														13	2				ZO		5
7.		Psychologiczne aspekty pracy z zawodnikiem w trakcie kontuzji	6	1	0	6																	6	1	ZO		6
8.		Trening umiejętności psychospołecznych	6	1	0	6		6	1																ZO		1
9.		Zagadnienia kliniczne psychologii sportu	13	2	0	13																	13	2	ZO		6
10.		Prewencja dopingu w sporcie	6	1	0	6											6	1							ZO		4
11.		Psychologia sportu dzieci i młodzieży	26	4	0	26					13	2		13	2										ZO		3
12.		Podstawy psychologii sportu	13	2	0	13		13	2																ZO		1
13.		Techniki treningu mentalnego	26	4	0	26					13	2		13	2										ZO		3
14.		Metody wyobrażeniowe i relaksacyjne w sporcie	13	2	0	13											13	2							ZO		4
15.		Trening koncentracji uwagi	6	1	0	6								6	1										ZO		3
16.		Psychologiczne czynniki w sporcie wyczynowym	13	2	0	13														13	2				ZO		5
17.		Psychologia osobowości	13	2	0	13														13	2				ZO		5
18.		Egzamin końcowy	0	0	0	0																			-	E	6
			232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7			
MODUŁ Specjalność: Trener przygotowania motorycznego																												
1.	Specjalność: Trener przygotowania motorycznego	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	36	6	0	36		6	1		6	1		6	1		6	1		6	1		6	1	ZO	E	6
2.		Kształtowanie sprawności specjalnej- sporty indywidualne	36	6	0	36		6	1		6	1		6	1		6	1		6	1		6	1	ZO	E	6
3.		Żywienie i suplementacja w przygotowaniu motorycznym	14	2	0	14														14	2				ZO		5
4.		Trening funkcjonalny	7	1	0	7											7	1							ZO		4
5.		Nowoczesne metody i środki treningu	13	2	0	13																	13	2	ZO		6
6.		Identyfikacja potencjału zawodnika	13	2	0	13					13	2													ZO		2
7.		Planowanie i programowanie treningu	26	4	0	26		13	2		13	2													ZO	E	2
8.		Kształtowanie siły i mocy zawodnika	26	4	0	26					7	1		13	2		6	1							ZO		4
9.		Diagnostyka stanu wytrenowania zawodnika	26	4	0	26														13	2		13	2	ZO	E	6
10.		Kształtowanie szybkości	7	1	0	7								7	1										ZO		3
11.		Kształtowanie wytrzymałości	7	1	0	7		7	1																ZO		1
12.		Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych	7	1	0	7					7	1													ZO		2
13.		Profilaktyka urazów zawodnika	7	1	0	7																	7	1	ZO		6
14.		Kształtowanie gibkości	7	1	0	7											7	1							ZO		4
			232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7			