

## **TRENER MEDYCZNY**

### **Dokumentacja programowa kierunku studiów (Studia II stopnia)**

#### **1. Ogólna charakterystyka studiów**

##### **1.1. Podstawowe informacje**

- **Nazwa kierunku studiów:** Trener medyczny
- **Wydział:** Wydział Wychowania Fizycznego
- **Poziom studiów:** Studia drugiego stopnia
- **Profil studiów:** Praktyczny
- **Liczba semestrów:** 4 semestry
- **Liczba ECTS:** 120 ECTS
- **Forma studiów:** Stacjonarne i niestacjonarne
- **Tytuł zawodowy nadawany absolwentom:** Magister
- **Poziom kwalifikacji:** Poziom 7 Polskiej Ramy Kwalifikacji
- **Przewidywana liczba studentów:** Do określenia w oparciu o limity uczelniane (w roku akademickim 2026/2027 proponowane limity – 96 studentów).

##### **1.2 Koncepcja kształcenia, w tym:**

###### **1.2.1 Wskazanie związku studiów ze strategią uczelni**

Kierunek studiów Trener medyczny wpisuje się w strategiczne cele Uczelni związane z rozwojem nowoczesnej oferty dydaktycznej w obszarze nauk o kulturze fizycznej oraz nauk o zdrowiu, odpowiadającej na aktualne potrzeby społeczne, demograficzne i cywilizacyjne. Jego utworzenie stanowi kontynuację działań Uczelni ukierunkowanych na kształcenie wysoko wykwalifikowanych specjalistów zdolnych do wykorzystywania aktywności fizycznej jako narzędzia wspierania zdrowia, sprawności funkcjonalnej i jakości życia.

Koncepcja kierunku pozostaje spójna z misją Uczelni, zakładającą łączenie wiedzy naukowej, doświadczenia praktycznego oraz odpowiedzialności społecznej w przygotowaniu kadr dla sektora aktywności fizycznej, usług prozdrowotnych oraz działań ukierunkowanych na wspomaganie zdrowia. Kierunek rozwija i pogłębia kompetencje zdobywane na studiach

pierwszego stopnia, przesuwając akcent z ogólnego przygotowania treningowego i prozdrowotnego na zaawansowane, oparte na dowodach naukowych planowanie oraz realizację aktywności fizycznej u osób z obniżoną sprawnością, chorobami przewlekłymi i szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi.

Program kierunku został opracowany z uwzględnieniem aktualnych tendencji rozwojowych w szkolnictwie wyższym oraz potrzeb rynku pracy, a także w oparciu o szerokie konsultacje środowiskowe i założenie budowania spójnych standardów akademickich w obszarze treningu medycznego w środowisku Akademii Wychowania Fizycznego. Kierunek wzmacnia profil Uczelni w obszarze nauk o kulturze fizycznej oraz rozwija ofertę dydaktyczną na styku aktywności fizycznej, profilaktyki zdrowotnej i wspomagania sprawności funkcjonalnej osób dorosłych, seniorów oraz osób z chorobami przewlekłymi pozostających w stanie stabilnym klinicznie.

### **1.2.2 Wskazanie potrzeb społeczno-gospodarczych utworzenia studiów oraz zgodności efektów uczenia się z tymi potrzebami**

Utworzenie kierunku Trener medyczny stanowi odpowiedź na rosnące potrzeby społeczno-gospodarcze wynikające ze starzenia się populacji, zwiększającej się liczby osób z chorobami przewlekłymi i cywilizacyjnymi, obniżającego się poziomu aktywności fizycznej oraz wzrostu zapotrzebowania na specjalistów zdolnych do prowadzenia bezpiecznej, zindywidualizowanej aktywności fizycznej ukierunkowanej na poprawę sprawności funkcjonalnej, wydolności i jakości życia.

W praktyce społecznej i zawodowej coraz wyraźniej widoczna jest luka pomiędzy zakończonym leczeniem lub rehabilitacją a długofalowym powrotem osoby do regularnej aktywności fizycznej, samodzielności i pełniejszej sprawności funkcjonalnej. Dotyczy to zarówno osób po urazach i epizodach zdrowotnych, jak i osób z chorobami układu krążenia, zaburzeniami metabolicznymi, chorobami układu oddechowego, przewlekłym bólem czy ograniczeniami narządu ruchu, które pozostają w stanie stabilnym i wymagają zindywidualizowanego, bezpiecznego wsparcia treningowego.

Kierunek odpowiada na zidentyfikowane potrzeby społeczne i rynkowe poprzez przygotowanie absolwenta do pracy z osobami o zróżnicowanym poziomie sprawności, wydolności i potrzeb zdrowotnych. Program kształcenia rozwija kompetencje niezbędne do planowania, realizacji i monitorowania aktywności fizycznej ukierunkowanej na poprawę

zdrowia, sprawności funkcjonalnej i jakości życia, zarówno w odniesieniu do osób zdrowych, jak i osób z chorobami przewlekłymi oraz szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi, pozostających w stanie stabilnym i aktywnie funkcjonujących w środowisku społecznym. Absolwent uzyskuje kompleksowe przygotowanie kliniczne, funkcjonalne, treningowe i prozdrowotne, pozwalające na bezpieczne dobieranie środków treningowych, indywidualizację postępowania, monitorowanie reakcji organizmu na wysiłek oraz współpracę z przedstawicielami innych profesji w obszarze wspierania zdrowia i sprawności.

Społeczno-gospodarcza użyteczność kierunku przejawia się również w tym, że jego absolwenci będą przygotowani do zatrudnienia w rozwijającym się sektorze usług prozdrowotnych, treningu indywidualnego, programów profilaktycznych, ośrodków aktywizacji zdrowotnej oraz podmiotów współpracujących z sektorem ochrony zdrowia. Kształcenie ma zatem bezpośredni związek z rzeczywistymi potrzebami rynku pracy i odpowiada na rosnące znaczenie aktywności fizycznej jako elementu wspierającego zdrowie publiczne, sprawność i samodzielność funkcjonalną.

**1.2.3 Przeporządkowanie kierunku do dyscypliny lub dyscyplin, do których odnoszą się efekty uczenia się, ze wskazaniem dyscypliny wiodącej w przypadku przyporządkowania kierunku do więcej niż jednej dyscypliny oraz określeniem dla każdej z tych dyscyplin procentowego udziału liczby punktów ECTS w liczbie punktów ECTS koniecznej do ukończenia studiów (w zaokrągleniu do liczb całkowitych)**

| Status dyscypliny    | Nazwa dyscypliny           | Udział procentowy |
|----------------------|----------------------------|-------------------|
| dyscyplina wiodąca   | nauki o kulturze fizycznej | 60%               |
| dyscyplina dodatkowa | nauki o zdrowiu            | 30%               |
| dyscyplina dodatkowa | nauki medyczne             | 10%               |
|                      | <b>Razem</b>               | <b>100%</b>       |

## **2. Uzasadnienie utworzenia studiów na określonym kierunku, poziomie i profilu**

Kierunek Trener medyczny na poziomie studiów drugiego stopnia stanowi logiczną i merytorycznie uzasadnioną kontynuację kształcenia dla absolwentów kierunków pierwszego

stopnia z obszaru nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu. Kandydaci podejmujący studia posiadają już przygotowanie podstawowe obejmujące anatomię, fizjologię, biomechanikę oraz ogólne podstawy metodyki aktywności fizycznej i treningu. Program studiów drugiego stopnia rozwija te kompetencje na poziomie zaawansowanym, poszerzając je o treści kliniczne, funkcjonalne i diagnostyczne, niezbędne do pracy z osobami o zwiększonych potrzebach zdrowotnych i funkcjonalnych.

Utworzenie kierunku uzasadnione jest także potrzebą uporządkowania i akademickiego ugruntowania obszaru praktyki zawodowej określanej jako trening medyczny. W obszarze tym rośnie zapotrzebowanie na specjalistów potrafiących odpowiedzialnie planować aktywność fizyczną po zakończonym leczeniu lub rehabilitacji, a także u osób z chorobami przewlekłymi i ograniczeniami funkcjonalnymi, przy zachowaniu wysokich standardów bezpieczeństwa, indywidualizacji oraz współpracy interdyscyplinarnej.

Praktyczny profil studiów jest w pełni uzasadniony charakterem zakładanych efektów uczenia się. Kompetencje niezbędne do wykonywania zadań zawodowych w tym obszarze nie mogą być kształtowane wyłącznie poprzez przekaz teoretyczny. Wymagają one intensywnej pracy warsztatowej, prowadzenia analiz funkcjonalnych, interpretacji przypadków, doboru i modyfikacji środków treningowych, ćwiczenia komunikacji profesjonalnej oraz realizacji praktyk zawodowych w rzeczywistym środowisku pracy. Z tego względu program studiów zakłada znaczący udział zajęć kształtujących umiejętności praktyczne, realizowanych w laboratoriach, pracowniach, salach ćwiczeniowych oraz w podmiotach współpracujących z Uczelnią. Taka organizacja procesu kształcenia odpowiada założeniom profilu praktycznego określonym w przepisach prawa.

Kierunek nie jest kierunkiem przygotowującym do wykonywania zawodu medycznego, lecz studiami praktycznymi ukierunkowanymi na prowadzenie aktywności fizycznej i edukacji zdrowotnej w granicach kompetencji właściwych dla specjalisty z obszaru nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu, z poszanowaniem kompetencji zawodów regulowanych. Jego celem jest przygotowanie absolwenta do odpowiedzialnej pracy z osobą wymagającą szczególnej ostrożności, pogłębionej oceny funkcjonalnej oraz precyzyjnej indywidualizacji procesu treningowego, zwłaszcza po zakończonym leczeniu lub rehabilitacji oraz w przypadku chorób przewlekłych pozostających w stanie stabilnym. Tak ujęty profil kierunku odpowiada potrzebom rynku oraz wzmacnia ofertę Uczelni w obszarze nowoczesnych studiów praktycznych.

### **3. Opis działań na rzecz doskonalenia programu studiów oraz zapewnienia jakości kształcenia**

Zapewnianie jakości kształcenia na kierunku Trener medyczny realizowane będzie zgodnie z obowiązującym w Uczelni systemem zapewniania jakości kształcenia oraz procedurami odnoszącymi się do projektowania, monitorowania i doskonalenia programów studiów.

Działania projakościowe obejmować będą w szczególności:

- okresowy przegląd i aktualizację programu studiów z udziałem interesariuszy wewnętrznych i zewnętrznych, w tym przedstawicieli środowiska akademickiego, praktyków, pracodawców oraz studentów,
- analizę zgodności programu studiów z aktualnym stanem wiedzy naukowej, potrzebami rynku pracy oraz zmianami zachodzącymi w obszarze usług prozdrowotnych i aktywności fizycznej,
- monitorowanie stopnia osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się na poziomie przedmiotów, modułów i całego programu,
- analizę wyników ankiet studenckich, hospitacji zajęć oraz opinii absolwentów i pracodawców,
- ocenę adekwatności stosowanych metod dydaktycznych, metod weryfikacji efektów uczenia się oraz organizacji praktyk zawodowych,
- doskonalenie kompetencji dydaktycznych kadry, w tym rozwój umiejętności w zakresie metod aktywizujących, uczenia problemowego (Problem-Based Learning, PBL), analizy przypadków oraz wykorzystania nowoczesnych technologii w procesie dydaktycznym,
- monitorowanie losów zawodowych absolwentów i wykorzystywanie wyników tych analiz przy modyfikacji programu studiów.

Szczególne znaczenie w doskonaleniu programu będzie miała bieżąca współpraca z przedstawicielami otoczenia społeczno-gospodarczego, pozwalająca oceniać praktyczną przydatność treści programowych i ich adekwatność do realnych zadań zawodowych absolwenta. Wnioski z analiz projakościowych stanowiąc będą podstawę do systematycznego wprowadzania działań doskonalących w zakresie treści programowych, organizacji procesu kształcenia, doboru metod dydaktycznych oraz sposobów weryfikacji efektów uczenia się.

#### **4. Opis kompetencji oczekiwanych od kandydata ubiegającego się o przyjęcie na studia**

Studia skierowane są do absolwentów studiów pierwszego stopnia z obszaru nauk o kulturze fizycznej, nauk o zdrowiu oraz kierunków pokrewnych, w szczególności takich jak trener zdrowia, aktywność fizyczna i żywienie w zdrowiu publicznym, odnowa biologiczna, sport oraz innych kierunków, których program obejmował treści z zakresu anatomii, fizjologii, biomechaniki oraz podstaw treningu i aktywności fizycznej.

Kandydat ubiegający się o przyjęcie na studia drugiego stopnia na kierunku Trener medyczny powinien legitymować się dyplomem ukończenia studiów pierwszego stopnia z obszaru nauk o kulturze fizycznej, nauk o zdrowiu lub kierunków pokrewnych, których program obejmował treści z zakresu anatomii człowieka, fizjologii, biomechaniki oraz podstaw treningu i aktywności fizycznej.

Od kandydata oczekuje się przygotowania umożliwiającego podjęcie kształcenia na poziomie zaawansowanym, w szczególności:

- znajomości podstaw budowy i funkcjonowania organizmu człowieka,
- rozumienia podstawowych mechanizmów adaptacji organizmu do wysiłku fizycznego,
- znajomości podstaw analizy ruchu, oceny sprawności i programowania aktywności fizycznej,
- gotowości do pracy z człowiekiem w sposób odpowiedzialny, empatyczny i zindywidualizowany,
- umiejętności komunikacyjnych i gotowości do pracy w środowisku interdyscyplinarnym,
- otwartości na uczenie problemowe, analizę przypadków oraz krytyczne korzystanie z wiedzy naukowej.

Pożądane są również doświadczenia własne związane z aktywnością fizyczną, treningiem, edukacją zdrowotną lub pracą z człowiekiem, a także motywacja do rozwijania kompetencji zawodowych w obszarze bezpiecznej, zindywidualizowanej aktywności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie i sprawność funkcjonalną.

#### **5. Opis warunków prowadzenia studiów oraz sposobu organizacji i realizacji procesu prowadzącego do uzyskania efektów uczenia się**

Studia na kierunku Trener medyczny prowadzone będą w formie stacjonarnej i niestacjonarnej. Proces kształcenia zaprojektowano z uwzględnieniem specyfiki studiów

drugiego stopnia o profilu praktycznym oraz założenia, że kandydaci podejmujący studia dysponują już podstawowym przygotowaniem z zakresu nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu. Program studiów służy zatem pogłębieniu i specjalizacji wcześniej nabytych kompetencji, a nie jedynie ich powtórzeniu.

Kształcenie realizowane będzie z wykorzystaniem zróżnicowanych form zajęć, obejmujących wykłady, ćwiczenia, warsztaty, laboratoria, seminaria, zajęcia projektowe oraz praktyki zawodowe. Szczególnie istotną rolę pełnić będą zajęcia prowadzone metodami aktywizującymi, w tym uczenie problemowe (Problem-Based Learning, PBL), analiza przypadków, praca projektowa, zadania symulacyjne oraz praktyczne opracowywanie i ewaluacja programów treningowych dla osób o zróżnicowanych potrzebach funkcjonalnych i zdrowotnych. Program studiów uwzględnia praktyki zawodowe realizowane w wymiarze zgodnym z wymaganiami dla studiów drugiego stopnia o profilu praktycznym.

Organizacja programu studiów oparta jest na logice modułowej i podporządkowana idei kompleksowego przygotowania absolwenta do projektowania, realizacji i monitorowania procesu treningowego w sposób bezpieczny, zindywidualizowany i oparty na aktualnej wiedzy naukowej. Program integruje przygotowanie kliniczne, funkcjonalne, treningowe, prozdrowotne i technologiczne, dzięki czemu umożliwia nabycie kompetencji niezbędnych do pracy zarówno z osobami zdrowymi, dążącymi do poprawy sprawności, wydolności i jakości życia, jak i z osobami z chorobami przewlekłymi oraz szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi, pozostającymi w stanie stabilnym i funkcjonującymi w środowisku społecznym. Taka struktura programu odpowiada współczesnym wymaganiom rynku pracy oraz zmianom zachodzącym w obszarze aktywności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie, profilaktykę i wspomaganie sprawności funkcjonalnej.

Istotnym obszarem kształcenia są bloki przygotowania kliniczno-funkcjonalnego, który dostarcza podstaw do rozumienia zależności między stanem zdrowia, możliwościami wysiłkowymi, ograniczeniami funkcjonalnymi a doborem aktywności fizycznej. Blok ten służy pogłębieniu wiedzy niezbędnej do bezpiecznej pracy z osobami o zróżnicowanych potrzebach zdrowotnych i stanowi fundament świadomego, odpowiedzialnego postępowania trenerskiego.

Kolejny obszar obejmuje przygotowanie diagnostyczno-analityczne, ukierunkowane na ocenę funkcjonalną, monitorowanie reakcji organizmu na wysiłek oraz interpretację danych niezbędnych do planowania i modyfikowania procesu treningowego. W ramach tego bloku student rozwija umiejętność rozpoznawania ograniczeń i ryzyk związanych z podejmowaniem

aktywności fizycznej oraz doboru adekwatnych rozwiązań w granicach kompetencji zawodowych trenera medycznego.

Centralne miejsce w programie zajmuje blok przygotowania treningowego i metodycznego, koncentrujący się na planowaniu, prowadzeniu i ewaluacji procesu treningowego w odniesieniu do potrzeb osób o różnym poziomie sprawności, wydolności i przygotowania ruchowego. Blok ten obejmuje zarówno pracę z osobami zdrowymi, realizującymi cele związane z poprawą kondycji, sprawności i jakości życia, jak i z osobami wymagającymi większej indywidualizacji postępowania z uwagi na stan zdrowia, przebyty proces leczenia lub obecność chorób przewlekłych.

Ważnym elementem programu jest także blok wspierania zdrowia i stylu życia, obejmujący zagadnienia związane z żywieniem, regeneracją, kształtowaniem zachowań zdrowotnych oraz wspieraniem dobrostanu psychofizycznego. Pozwala on ujmować proces treningowy w sposób całościowy i wzmacnia kompetencje absolwenta w zakresie budowania długofalowych strategii wspierania zdrowia, sprawności i jakości życia podopiecznych.

Program uwzględnia również blok naukowo-technologiczny, którego celem jest rozwijanie umiejętności korzystania z dowodów naukowych, narzędzi analitycznych oraz nowoczesnych technologii wspierających ocenę funkcjonalną, monitorowanie obciążeń i dokumentowanie efektów procesu treningowego. Rozwiązania cyfrowe i technologiczne traktowane są w programie nie jako element dodatkowy, lecz jako istotna część współczesnego warsztatu zawodowego specjalisty przygotowanego do pracy w dynamicznie zmieniającym się otoczeniu społecznym i rynkowym.

Integralną część programu stanowi blok praktyczno-integrujący, obejmujący praktyki zawodowe, analizę złożonych przypadków oraz przygotowanie do samodzielnego rozwiązywania problemów zawodowych. Jego zadaniem jest połączenie wiedzy i umiejętności zdobytych w toku studiów z realnymi warunkami pracy, rozwijanie kompetencji decyzyjnych, komunikacyjnych i organizacyjnych oraz przygotowanie absolwenta do odpowiedzialnego funkcjonowania w środowisku zawodowym wymagającym współpracy interdyscyplinarnej.

Taki układ programu podkreśla interdyscyplinarny, praktyczny i nowoczesny charakter kierunku. Umożliwia on stopniowe przechodzenie od pogłębionego rozumienia uwarunkowań zdrowotnych i funkcjonalnych do samodzielnego, świadomego i odpowiedzialnego prowadzenia procesu treningowego, dostosowanego do potrzeb współczesnego odbiorcy usług prozdrowotnych i treningowych.

Proces kształcenia ukierunkowany jest na osiągnięcie efektów uczenia się właściwych dla poziomu 7 PRK oraz dla praktycznego profilu studiów. Weryfikacja efektów odbywać się będzie z wykorzystaniem metod adekwatnych do charakteru zajęć, w tym egzaminów, zaliczeń praktycznych, projektów, analiz przypadków, prezentacji, raportów z badań i obserwacji, a także oceny osiągnięć uzyskiwanych w trakcie praktyk zawodowych.

### **5.1. Informacja o kadrze dydaktycznej proponowanej do prowadzenia zajęć (ujęcie syntetyczne)**

Ze względu na praktyczny i interdyscyplinarny charakter kierunku Trener medyczny, Uczelnia zapewnia kadrę dydaktyczną posiadającą kompetencje odpowiadające zarówno zakresowi nauk podstawowych i kierunkowych, jak i specyfice praktycznego przygotowania zawodowego. Dobór kadry pozostaje spójny z przyporządkowaniem kierunku do dyscyplin naukowych oraz z zakładanymi efektami uczenia się.

Proces dydaktyczny realizowany będzie przez:

1. nauczycieli akademickich zatrudnionych w Uczelni, reprezentujących dyscypliny właściwe dla kierunku, w szczególności nauki o kulturze fizycznej, nauki o zdrowiu oraz wybrane obszary wiedzy biomedycznej,
2. praktyków i specjalistów z otoczenia społeczno-gospodarczego, posiadających udokumentowane doświadczenie zawodowe adekwatne do prowadzonych zajęć, w tym doświadczenie w pracy z osobami o szczególnych potrzebach zdrowotnych i funkcjonalnych.

### **5.2 Informacje na temat infrastruktury, w tym opis laboratoriów, pracowni, sprzętu i wyposażenia, niezbędnych do prowadzenia kształcenia**

Uczelnia dysponuje infrastrukturą dydaktyczną, sportową i laboratoryjną umożliwiającą prawidłową realizację programu studiów na kierunku Trener medyczny.

Baza dydaktyczna wykorzystywana do realizacji kierunku obejmuje specjalistyczne pracownie, laboratoria, sale ćwiczeniowe oraz zaplecze informatyczne właściwe dla kształcenia praktycznego w obszarze nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu. Do dyspozycji studentów pozostają w szczególności:

- specjalistyczne pracownie i laboratoria, w tym w szczególności: Pracownia Badań Czynnościowych Człowieka, Pracownia Badań Prozdrowotnej Aktywności Fizycznej,

Pracownia Biochemii, Pracownia Biomechaniki, Pracownia Ćwiczeń Oporowych, Pracownia Fizjologii Klinicznej, Pracownia Kinezylogii, Pracownia Metabolizmu Wysiłkowego i Diagnostyki Aktywności Nerwowo-Mięśniowej, Pracownia Oceny Budowy i Postawy Ciała, Pracownia Siły i Mocy Mięśniowej oraz Pracownia Termometrii i Termografii umożliwiające prowadzenie zajęć z zakresu oceny funkcjonalnej, analizy ruchu, monitorowania parametrów wysiłkowych oraz interpretacji wyników;

- baza dydaktyczna i ćwiczeniowa przeznaczona do realizacji zajęć praktycznych z zakresu treningu;
- aparatura i sprzęt diagnostyczno-pomiarowy wykorzystywane w ocenie sprawności, wydolności i zdolności motorycznych oraz w monitorowaniu reakcji organizmu na wysiłek, doborze obciążeń i dokumentowaniu efektów procesu treningowego;
- wyposażenie wspomagające analizę biomechaniczną i funkcjonalną, ocenę składu ciała, obserwację wzorców ruchowych oraz analizę zmian zachodzących w przebiegu planowanego i kontrolowanego procesu aktywności fizycznej;
- zaplecze informatyczne i audiowizualne, niezbędne do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem materiałów cyfrowych, analiz przypadków, baz danych oraz specjalistycznego oprogramowania, w tym również rozwiązań opartych na technologiach immersyjnych i wirtualnej rzeczywistości (VR) wykorzystywanych w działalności dydaktycznej i badawczej uczelni.

Ponadto proces kształcenia wspierany jest poprzez zaplecze infrastrukturalne partnerów zewnętrznych współpracujących z Uczelnią w zakresie praktyk zawodowych i realizacji zajęć w warunkach zbliżonych do rzeczywistego środowiska pracy

### **5.3 Informacje na temat zapewnienia możliwości korzystania z zasobów bibliotecznych oraz z elektronicznych zasobów wiedzy, w szczególności z Wirtualnej Biblioteki Nauki i Cyfrowej Wypożyczalni Publikacji Naukowych Academica**

Uczelnia zapewnia studentom kierunku Trener medyczny dostęp do zasobów bibliotecznych i elektronicznych źródeł wiedzy niezbędnych do realizacji programu studiów, przygotowywania prac zaliczeniowych i dyplomowych oraz rozwijania kompetencji w zakresie krytycznej analizy piśmiennictwa naukowego.

Studenci mają możliwość korzystania z:

- zasobów Biblioteki Głównej Uczelni, obejmujących księgozbiór z zakresu nauk o kulturze fizycznej, nauk o zdrowiu, fizjologii, biomechaniki, dietetyki, psychologii i metodologii badań,
- czytelni oraz stanowisk komputerowych umożliwiających dostęp do źródeł elektronicznych,
- Wirtualnej Biblioteki Nauki oraz Cyfrowej Wypożyczalni Publikacji Naukowych Academica,
- krajowych i zagranicznych baz bibliograficznych oraz pełnotekstowych, wspierających pracę w oparciu o aktualne wyniki badań i zasady evidence-based practice.

Dostęp do elektronicznych zasobów wiedzy umożliwia studentom systematyczne śledzenie aktualnych doniesień naukowych, rekomendacji i wytycznych odnoszących się do aktywności fizycznej, zdrowia, sprawności funkcjonalnej oraz programowania treningu. Uczelnia zapewnia również narzędzia cyfrowe wspierające organizację procesu dydaktycznego, komunikację ze studentami oraz udostępnianie materiałów dydaktycznych.

**Tabela. Efekty uczenia się dla kierunku Trener Medyczny z odniesieniem do  
charakterystyk drugiego stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (PRK) dla poziomu 7**

Skróty PRK:

P7S\_WG – wiedza: zakres i głębia

P7S\_WK – wiedza: kontekst

P7S\_UW – umiejętności: wykorzystanie wiedzy

P7S\_UK – umiejętności: komunikowanie się

P7S\_UO – umiejętności: organizacja pracy

P7S\_UU – umiejętności: uczenie się

P7S\_KK – kompetencje społeczne: ocena krytyczna

P7S\_KO – kompetencje społeczne: odpowiedzialność społeczna

P7S\_KR – kompetencje społeczne: rola zawodowa

| Kod efektu    | Opis kierunkowych efektów uczenia się po zakończeniu studiów II stopnia na kierunku trener medyczny  | Odniesienie do PRK |
|---------------|--|--------------------|
| <b>WIEDZA</b> |  |                    |
| K_W01         | Posiada pogłębioną wiedzę o budowie oraz funkcjonowaniu organizmu człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem układu ruchu, układu krążenia, układu oddechowego, układu nerwowego oraz mechanizmów regulacyjnych istotnych dla podejmowania i tolerancji aktywności fizycznej u osób zdrowych oraz osób z chorobami przewlekłymi i ograniczeniami funkcjonalnymi.   | P7S_WG             |
| K_W02         | Zna i rozumie zależności pomiędzy anatomią funkcjonalną, biomechaniką, kinezylogią i fizjologią wysiłku a planowaniem, realizacją oraz modyfikacją procesu treningowego u osób o zróżnicowanym stanie zdrowia, poziomie sprawności i możliwościach funkcjonalnych.   | P7S_WG             |
| K_W03         | Zna mechanizmy adaptacji organizmu do wysiłku fizycznego, zjawiska zmęczenia, regeneracji oraz bezpieczeństwa podejmowania aktywności fizycznej, w tym u osób z chorobami przewlekłymi, po leczeniu, po rehabilitacji oraz w stanach obniżonej wydolności i sprawności funkcjonalnej.  | P7S_WG             |
| K_W04         | Dysponuje wiedzą na temat podstawowych uwarunkowań klinicznych i funkcjonalnych występujących u osób po urazach, po zakończonym leczeniu lub rehabilitacji oraz u osób z chorobami przewlekłymi pozostającymi w stanie stabilnym klinicznie, w zakresie niezbędnym do planowania bezpiecznej aktywności fizycznej, z uwzględnieniem ograniczeń wynikających ze stanu zdrowia, leczenia i farmakoterapii. | P7S_WG             |
| K_W05         | Zna zasady oceny funkcjonalnej, kwalifikacji do wysiłku fizycznego w zakresie kompetencji trenera oraz identyfikowania przeciwwskazań, czynników ryzyka i sygnałów ostrzegawczych wymagających modyfikacji postępowania, konsultacji lub skierowania do odpowiedniego specjalisty.   | P7S_WG,<br>P7S_WK  |
| K_W06         | Zna i rozumie zasady programowania, prowadzenia i kontroli aktywności fizycznej ukierunkowanej na poprawę siły, wydolności, składu ciała, sprawności funkcjonalnej i jakości życia.  | P7S_WG             |

Załącznik nr 1 do Uchwały NrAR001-9-IV/2026  
Senatu Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach  
z dnia 28 kwietnia 2026 roku

|                     |   |                   |
|---------------------|---|-------------------|
| K_W07               | Posiada wiedzę o znaczeniu żywienia, suplementacji, regeneracji oraz stylu życia w procesie wspierania zdrowia, sprawności i zdolności wysiłkowych człowieka, w tym u osób z chorobami przewlekłymi, z uwzględnieniem granic własnych kompetencji zawodowych.   | P7S_WG,<br>P7S_WK |
| K_W08               | Rozumie psychologiczne, społeczne i behawioralne uwarunkowania podejmowania, utrzymywania i przywracania aktywności fizycznej, w tym znaczenie komunikacji profesjonalnej i wspierania trwałej zmiany zachowań zdrowotnych.   | P7S_WG            |
| K_W09               | Zna zasady metodologii badań naukowych, analizy danych oraz evidence-based practice w zakresie nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu, w szczególności w odniesieniu do planowania i oceny skuteczności interwencji ruchowych u osób o zwiększonych potrzebach zdrowotnych i funkcjonalnych.          | P7S_WG            |
| K_W10               | Zna możliwości oraz ograniczenia wykorzystania nowoczesnych technologii, narzędzi cyfrowych i aparatury diagnostyczno-pomiarowej w ocenie funkcjonalnej i monitorowaniu procesu treningowego.   | P7S_WG,<br>P7S_WK |
| K_W11               | Zna zasady etyki zawodowej, bezpieczeństwa pracy oraz odpowiedzialności zawodowej właściwe dla specjalisty prowadzącego aktywność fizyczną w obszarze prozdrowotnym, ze szczególnym uwzględnieniem pracy z osobami wymagającymi zwiększonej ostrożności zdrowotnej.                                       | P7S_WK            |
| K_W12               | Rozumie miejsce oraz zakres kompetencji trenera medycznego jako specjalisty przygotowanego do pracy zarówno z osobami zdrowymi, jak i z osobami wymagającymi zwiększonej ostrożności zdrowotnej i funkcjonalnej, z poszanowaniem kompetencji zawodów regulowanych i zasad współpracy interdyscyplinarnej. | P7S_WK            |
| <b>UMIEJĘTNOŚCI</b> |   |                   |
| K_U01               | Potrafi wykorzystywać wiedzę z zakresu anatomii funkcjonalnej, fizjologii klinicznej, biochemii klinicznej i biomechaniki klinicznej do rozwiązywania złożonych problemów praktycznych związanych z planowaniem i modyfikacją aktywności fizycznej.   | P7S_UW            |
| K_U02               | Potrafi przeprowadzać ocenę funkcjonalną osoby, interpretować jej wyniki oraz formułować wnioski służące planowaniu, modyfikacji i kontroli procesu treningowego.   | P7S_UW            |
| K_U03               | Rozpoznaje przeciwwskazania do wysiłku fizycznego i sygnały alarmowe w zakresie swoich kompetencji oraz podejmuje właściwe działania, w tym kieruje osobę do odpowiedniego specjalisty.   | P7S_UW            |
| K_U04               | Potrafi planować, realizować i modyfikować zindywidualizowane programy treningowe zarówno dla osób zdrowych realizujących cele sprawnościowe, sylwetkowe i prozdrowotne, jak i dla osób o zróżnicowanych potrzebach zdrowotnych i funkcjonalnych.   | P7S_UW            |

Załącznik nr 1 do Uchwały NrAR001-9-IV/2026  
Senatu Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach  
z dnia 28 kwietnia 2026 roku

|                              |  |                   |
|------------------------------|--|-------------------|
| K_U05                        | Potrafi dobierać środki, metody i formy aktywności fizycznej adekwatnie do stanu funkcjonalnego, możliwości wysiłkowych, stanu zdrowia, celu oraz bezpieczeństwa osoby uczestniczącej w procesie treningowym, z uwzględnieniem konieczności indywidualizacji postępowania.                             | P7S_UW            |
| K_U06                        | Monitoruje reakcję organizmu na wysiłek fizyczny, kontroluje obciążenia treningowe, identyfikuje objawy niepożądane, ocenia tolerancję wysiłku oraz dokonuje ewaluacji efektów prowadzonych działań u osób zdrowych i osób z chorobami przewlekłymi oraz ograniczeniami funkcjonalnymi.                | P7S_UW            |
| K_U07                        | Potrafi uwzględniać w planowaniu aktywności fizycznej podstawowe zalecenia dotyczące żywienia, regeneracji i stylu życia, adekwatne do potrzeb osoby oraz celu programu i stanu zdrowia, z poszanowaniem granic własnych kompetencji zawodowych.   | P7S_UW            |
| K_U08                        | Potrafi komunikować się z uczestnikiem procesu treningowego oraz z przedstawicielami innych profesji w sposób jasny, odpowiedzialny i dostosowany do sytuacji.   | P7S_UK            |
| K_U09                        | Potrafi budować relację profesjonalną opartą na szacunku, bezpieczeństwie, motywowaniu oraz wspieraniu samodzielności i zaangażowania osoby uczestniczącej w programie aktywności fizycznej, również w sytuacji obniżonej sprawności, przewlekłej choroby, bólu lub trudności w utrzymaniu aktywności. | P7S_UK,<br>P7S_UO |
| K_U10                        | Wykorzystuje aparaturę pomiarową, specjalistyczne narzędzia diagnostyczne oraz technologie cyfrowe do oceny, dokumentowania i monitorowania procesu treningowego.  | P7S_UW            |
| K_U11                        | Potrafi krytycznie analizować piśmiennictwo naukowe, dobierać wiarygodne źródła informacji oraz wykorzystywać wyniki badań naukowych do uzasadniania decyzji praktycznych.   | P7S_UW,<br>P7S_UU |
| K_U12                        | Potrafi projektować i realizować badania lub projekty aplikacyjne związane z aktywnością fizyczną, zdrowiem i sprawnością funkcjonalną oraz prezentować ich wyniki.  | P7S_UW,<br>P7S_UK |
| K_U13                        | Potrafi posługiwać się językiem obcym na poziomie B2+ w zakresie ogólnym oraz terminologią specjalistyczną właściwą dla obszaru nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu.  | P7S_UK            |
| K_U14                        | Potrafi działać zgodnie z zasadami bezpieczeństwa, etyki i odpowiedzialności zawodowej oraz organizować własną pracę i współpracę w zespole interdyscyplinarnym.   | P7S_UO,<br>P7S_UK |
| <b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b> |  |                   |
| K_K01                        | Ma świadomość znaczenia wiedzy naukowej w rozwiązywaniu problemów praktycznych oraz potrzeby krytycznej oceny własnej wiedzy i kompetencji, zwłaszcza w pracy z osobami z chorobami przewlekłymi i złożonymi potrzebami funkcjonalnymi.  | P7S_KK            |

Załącznik nr 1 do Uchwały NrAR001-9-IV/2026  
Senatu Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach  
z dnia 28 kwietnia 2026 roku

|       |  |                   |
|-------|--|-------------------|
| K_K02 | Jest gotów do ustawicznego rozwoju zawodowego i osobistego oraz aktualizowania swojej wiedzy zgodnie z rozwojem nauki, technologii i potrzebami praktyki w obszarze aktywności fizycznej.  | P7S_KK,<br>P7S_KR |
| K_K03 | Przestrzega zasad etyki zawodowej, odpowiedzialności za bezpieczeństwo osoby uczestniczącej w procesie aktywności fizycznej oraz poszanowania godności i autonomii człowieka.  | P7S_KR            |
| K_K04 | Jest gotów do działania w granicach własnych kompetencji, dostrzegania sytuacji wymagających konsultacji lub skierowania do innego specjalisty oraz do współpracy interdyscyplinarnej.   | P7S_KR,<br>P7S_KO |
| K_K05 | Propaguje aktywność fizyczną, zachowania prozdrowotne i odpowiedzialny styl życia jako ważne elementy wspierania zdrowia publicznego, profilaktyki i poprawy jakości życia osób zdrowych oraz osób z chorobami przewlekłymi.                             | P7S_KO            |
| K_K06 | Jest gotów do indywidualnego, empatycznego i odpowiedzialnego podejścia do osoby, z uwzględnieniem jej potrzeb zdrowotnych, funkcjonalnych, psychicznych i społecznych, w tym ograniczeń wynikających z choroby, leczenia, wieku lub niepełnosprawności. | P7S_KR,<br>P7S_KO |
| K_K07 | Dbą o rzetelne wykonywanie powierzonych zadań, jakość działań zawodowych oraz reprezentowanie postawy profesjonalnej w pracy z osobami zdrowymi i osobami wymagającymi zwiększonej ostrożności zdrowotnej.   | P7S_KR            |
| K_K08 | Jest gotów do wspierania osób zdrowych oraz osób z chorobami przewlekłymi i ograniczeniami funkcjonalnymi w osiąganiu celów związanych ze sprawnością, samodzielnością, jakością życia i trwałą zmianą zachowań zdrowotnych.                             | P7S_KO,<br>P7S_KR |

## **Sylwetka absolwenta**

Absolwent studiów drugiego stopnia na kierunku Trener medyczny jest specjalistą przygotowanym do planowania, realizacji i monitorowania indywidualizowanej aktywności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie, sprawność funkcjonalną i jakość życia. Dysponuje pogłębioną wiedzą, umiejętnościami praktycznymi oraz kompetencjami społecznymi pozwalającymi na prowadzenie procesu treningowego w sposób bezpieczny, odpowiedzialny i oparty na aktualnej wiedzy naukowej.

Absolwent jest przygotowany do pracy zarówno z osobami zdrowymi, jak i z osobami wymagającymi zwiększonej ostrożności oraz pogłębionej indywidualizacji postępowania treningowego, w tym po zakończonym leczeniu lub rehabilitacji oraz z chorobami przewlekłymi pozostającymi w stanie stabilnym klinicznie. Potrafi przeprowadzać ocenę funkcjonalną, identyfikować ograniczenia i przeciwwskazania do wysiłku w zakresie swoich kompetencji, dobierać adekwatne środki i metody treningowe, monitorować reakcję organizmu na obciążenie oraz modyfikować program aktywności fizycznej zgodnie z potrzebami, możliwościami i celami osoby uczestniczącej w procesie treningowym.

Absolwent posiada kompleksowe przygotowanie kliniczno-funkcjonalne, treningowe, prozdrowotne i technologiczne. Jest przygotowany do wykorzystywania nowoczesnych narzędzi diagnostyczno-pomiarowych, technologii cyfrowych oraz aktualnych wyników badań naukowych w ocenie, dokumentowaniu i wspomaganiu procesu treningowego. Potrafi również współpracować z przedstawicielami innych profesji, w szczególności lekarzami, fizjoterapeutami, dietetykami, psychologami oraz innymi specjalistami uczestniczącymi w działaniach na rzecz zdrowia i sprawności funkcjonalnej.

Absolwent jest przygotowany do pracy w sektorze usług prozdrowotnych, treningu indywidualnego, programów profilaktycznych, ośrodków aktywizacji zdrowotnej oraz w podmiotach współpracujących z sektorem ochrony zdrowia. Działa etycznie, odpowiedzialnie i z poszanowaniem granic własnych kompetencji zawodowych. Kierunek nie przygotowuje do wykonywania zawodu medycznego, lecz do prowadzenia aktywności fizycznej i edukacji zdrowotnej w granicach kompetencji właściwych dla specjalisty z obszaru nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu.

Do informatora:

## TRENER MEDYCZNY

Kim będziesz po ukończeniu studiów?

Po ukończeniu studiów będziesz przygotowany zarówno do pracy z osobami zdrowymi, realizującymi cele związane z poprawą siły, sprawności, wydolności, składu ciała i jakości życia, jak i z osobami wymagającymi bardziej zindywidualizowanego i ostrożnego postępowania treningowego, w tym po zakończonym leczeniu lub rehabilitacji oraz z chorobami przewlekłymi pozostającymi w stanie stabilnym klinicznie. Dzięki temu kierunek rozwija kompetencje szersze niż klasyczne przygotowanie trenerskie i pozwala prowadzić proces aktywności fizycznej z uwzględnieniem zarówno celów sprawnościowych, jak i zdrowotnych.

Program studiów zapewnia kompleksowe przygotowanie kliniczno-funkcjonalne, diagnostyczne, treningowe, prozdrowotne i technologiczne. W toku kształcenia nauczysz się oceny funkcjonalnej, doboru i modyfikowania obciążeń treningowych, monitorowania reakcji organizmu na wysiłek, wspierania zachowań zdrowotnych oraz wykorzystywania nowoczesnych narzędzi diagnostyczno-pomiarowych i technologii cyfrowych w pracy zawodowej.

Kształcenie ma charakter praktyczny i realizowane jest z wykorzystaniem laboratoriów, pracowni specjalistycznych, zajęć warsztatowych, analizy przypadków oraz praktyk zawodowych. Studenci korzystają z infrastruktury dydaktycznej AWF Katowice, w tym z pracowni i laboratoriów wspierających ocenę funkcjonalną, analizę ruchu, monitorowanie wysiłku oraz wykorzystanie nowoczesnych technologii w procesie treningowym, w tym także rozwiązań immersyjnych i VR.

Absolwent kierunku może znaleźć zatrudnienie w centrach i studiach treningu indywidualnego, klubach fitness, centrach treningu prozdrowotnego, ośrodkach aktywizacji zdrowotnej, podmiotach realizujących programy profilaktyczne i edukacyjne, a także w jednostkach i instytucjach współpracujących z sektorem ochrony zdrowia w obszarze wspierania aktywności fizycznej, zdrowia i sprawności funkcjonalnej. Jest również przygotowany do prowadzenia własnej działalności w zakresie usług treningowych i prozdrowotnych. Kierunek nie przygotowuje do wykonywania zawodu medycznego, lecz do odpowiedzialnego prowadzenia aktywności fizycznej i edukacji zdrowotnej w granicach kompetencji specjalisty z obszaru nauk o kulturze fizycznej i nauk o zdrowiu.