I ROK 2026/2027

Załącznik nr 2 do Uchwały AR001-2-IV/2026 z dnia 28 kwietnia 2026 roku

KIERUNEK TRENER MEDYCZNY

PLAN STACJONARNYCH STUDIÓW DRUGIEGO STOPNIA

PROFIL: PRAKTYCZNY, TYTUŁ ZAWODOWY ABSOLWENTA: MAGISTER

Lp.		Nazwa przedmiotu	Suma godzin				I rok						II rok						ZALICZENIA (ZO - z oceną)	Egzaminy (E)	
			Razem		Wykłady	Ćwiczenia	1 sem.			2 sem.			3 sem.			4 sem.					
			Godziny	ECTS			W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS	W	ĆW	ECTS			
1.	Kliniczno-biomedyczne podstawy treningu medycznego	Anatomia funkcjonalna i palpacyjna	39	3	13	26	13	26	3										ZO	E	1
2.		Fizjologia kliniczna w treningu medycznym	39	3	13	26	13	26	3										ZO	E	1
3.		Biomedyczne podłoże zmęczenia i wypoczynku	39	3	13	26	13	26	3										ZO		
4.		Biochemia kliniczna	39	3	13	26				13	26	3							ZO	E	2
5.		Farmakologia w chorobach przewlekłych a wysiłek fizyczny	26	2	13	13				13	13	2							ZO		2
			182	14	65	117	39	78	9	26	39	5	0	0	0	0	0	0			
6.	Analiza ruchu w treningu medycznym	Kinezjologiczna analiza motoryczności człowieka	26	2	13	13	13	13	2										ZO		1
7.		Biomechanika kliniczna	26	2	0	26		26	2										ZO		1
8.		Podstawy kinezjologii w praktyce	26	2	0	26								26	2				ZO		3
9.	Diagnostyka w treningu medycznym	Diagnostyka funkcjonalna w treningu medycznym	39	3	13	26	13	26	3										ZO		1
10.		Diagnostyka treningowa - pracownie	13	1	0	13					13	1							ZO		2
11.	Aktywność fizyczna w profilaktyce zdrowotnej	Aktywność fizyczna w profilaktyce zdrowotnej (student wybiera 2 z 3)	52	4	52	0										52		4	ZO		4
a.		Aktywność fizyczna w ontogenezie człowieka	26	2	26	0										26		2	ZO		4
b.		Aktywność fizyczna w profilaktyce i leczeniu zaburzeń psychicznych	26	2	26	0										26		2	ZO		4
c.		Aktywność fizyczna w profilaktyce chorób cywilizacyjnych dzieci i młodzieży	26	2	26	0										26		2	ZO		4
12.	Żywienie i wspieranie zachowań zdrowotnych	Żywienie i suplementacja w aktywności fizycznej	39	3	13	26	13	26	3										ZO		1
13.		Żywienie w chorobach cywilizacyjnych	39	3	13	26				13	26	3							ZO	E	2
14.	Teoretyczno-metodyczne podstawy treningu	Teoria i metodyka treningowa	39	3	13	26	13	26	3										ZO	E	1
15.		Programowanie i periodyzacja treningu oporowego	39	3	13	26				13	26	3							ZO		2
16.		Programowanie i periodyzacja treningu wydolnościowego	26	2	13	13				13	13	2							ZO		2
17.	Praktyczne formy treningu	Praktyczne formy treningu (student wybiera 4 z 5)	104	8	0	104								104	8				ZO		3
a.		Trening oporowy i kształtowanie sylwetki ciała	26	2	0	26								26	2				ZO		3
b.		Trening wytrzymałości	26	2	0	26								26	2				ZO		3
c.		Trening specjalistyczny osób o zróżnicowanych potrzebach	26	2	0	26								26	2				ZO		3
d.		Kształtowanie sprawności fizycznej z wykorzystaniem technik sportów walki	26	2	0	26								26	2				ZO		3
e.		Trening z obciążeniem własnego ciała (kalistenika)	26	2	0	26								26	2				ZO		3
18.	Programowanie treningu medycznego - blok podstawowy	Trening medyczny w dysfunkcjach narządu ruchu i z bólem przewlekłym	52	4	13	39				13	39	4							ZO		2
19.		Trening medyczny w chorobach serca i układu krążenia	26	2	13	13				13	13	2							ZO		2
20.		Trening medyczny w chorobach układu oddechowego	26	2	13	13				13	13	2							ZO		2
21.		Trening medyczny w zaburzeniach metabolicznych i endokrynologicznych	26	2	13	13				13	13	2							ZO		2
22.	Programowanie treningu medycznego – blok rozszerzony	Programowanie treningu medycznego (student wybiera 2 z 3)	52	4	26	26										26	26	4	ZO		4
a.		Trening w problemach zaawansowanego wieku	26	2	13	13										13	13	2	ZO		4
b.		Trening w chorobach neurologicznych i neurodegeneracyjnych	26	2	13	13										13	13	2	ZO		4
c.		Trening w ciąży i po porodzie	26	2	13	13										13	13	2	ZO		4
23.	Funkcjonalne wspomaganie treningu - zajęcia warsztatowe	Integracja posturalna i autoterapia ruchowa	26	2	0	26					26	2							ZO		2
24.		Fizjoprofilaktyka w treningu medycznym	39	3	13	26							13	26	3				ZO	E	3
25.	Regeneracja i wspomaganie funkcjonalne	Regeneracja i wspomaganie funkcjonalne (student wybiera 2 z 3)	26	2	0	26											26	2	ZO		4
a.		Czynniki fizykalne w treningu medycznym	13	1	0	13											13	1	ZO		4
b.		Masaż w treningu medycznym	13	1	0	13											13	1	ZO		4
c.		Taping funkcjonalny i wspomagający	13	1	0	13											13	1	ZO		4
26.	Psychospołeczne i behawioralne aspekty pracy trenera	Psychopedagogiczne aspekty pracy trenera medycznego	13	1	0	13		13	1										ZO		1
27.		Psychospołeczne i behawioralne aspekty pracy trenera (student wybiera 3 z 4)	78	6	0	78								78	6				ZO		3
a.		Trening mentalny w pracy z klientem	26	2	0	26								26	2				ZO		3
b.		Neurodydaktyka w treningu medycznym	26	2	0	26								26	2				ZO		3
c.		Komunikacja interpersonalna w treningu medycznym	26	2	0	26								26	2				ZO		3
d.		Psychodietetyka	26	2	0	26								26	2				ZO		3
28.	Innowacyjne metody i technologie w treningu medycznym	Nowoczesne technologie i rozszerzona rzeczywistość w treningu	26	2	0	26		26	2										ZO		1
29.		Innowacyjne techniki treningowe (hipoksja, BFR, PAPE, IZO i inne)	26	2	0	26											26	2	ZO		4
30.	Profesjonalizacja i bezpieczeństwo w pracy trenera medycznego	Etyka i prawo w zawodzie trenera medycznego	13	1	13	0	13		1										ZO		1
31.		Bezpieczeństwo i sytuacje alarmowe w pracy trenera medycznego	13	1	0	13		13	1										ZO		1
32.	Innowacje, przedsiębiorczość i rozwój usług trenera medycznego	Innowacje, przedsiębiorczość i rozwój usług trenera medycznego (Student wybiera 2 z 4)	26	2	0	26											26	2	ZO		4
a.		Własność intelektualna w dobie sztucznej inteligencji	13	1	0	13											13	1	ZO		4
b.		Przedsiębiorczość i rozwój usług trenera medycznego	13	1	0	13											13	1	ZO		4
c.		Marketing cyfrowy i komunikacja w usługach treningowych	13	1	0	13											13	1	ZO		4
d.		Sztuczna inteligencja i cyfrowe wspomaganie pracy trenera	13	1	0	13											13	1	ZO		4
33.	Kompetencje uzupełniające i kwalifikacje dodatkowe	Przedmiot swobodnego wyboru*	26	2	26	0										26		2	ZO		4
35.		FAR - formy aktywności ruchowej 1*	26	2	0	26								26	2				ZO		3
35.		FAR - formy aktywności ruchowej 2*	26	2	0	26											26	2	ZO		4
36.		Specjalizacja instruktora rekreacji**	78	6	0	78								39	3		39	3	ZO	E	4
			1092	84	273	819	65	169	18	91	182	21	13	299	24	104	169	21			
32.	Integracja kompetencji zawodowych	Zintegrowane podejście w treningu medycznym - studium przypadków	26	2	0	26											26	2	ZO	E	4
33.		Praktyka zawodowa I	180	6	0	180								180	6				ZO		3
34.		Praktyka zawodowa II	180	6	0	180											180	6	ZO		4
			386	14	0	386	0	0	0	0	0	0	0	180	6	0	206	8			
35.	Kompetencje ogólne i naukowe	PL: Język angielski w profesji trenera/EN: Medical English for Fitness Professionals	26	2	0	26		26	**2**										ZO		1
36.		Metodologia z elementami statystyki	39	3	13	26				13	26	3							ZO		2
37.		Seminarium dyplomowe	39	3	0	39					13	1		13	1		13	1	ZO	E	4
			104	8	13	91	0	26	2	13	39	4	0	13	1	0	13	1			

	Razem		Suma godzin		I rok						II rok						Razem	
					1 sem.			2 sem.			3 sem.			4 sem.				
	Godziny	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia	ECTS	Godziny	EC TS
Grupa zajęć realizowanych w całości z dziedziny nauk humanistycznych lub nauk społecznych	91	7			Suma godzin i ECTS bez praktyk													
					104	273	**29**	130	260	**30**	13	312	**25**	104	208	**24**		
					377			390			325			312				
Grupa zajęć do wyboru	494	38	351	1413	Suma godzin w tygodniu												**1764**	**120**
					8	21		10	20		1	24		8	16			
					29			30			25			24				
Grupa zajęć do wyboru w procentach		32%			Razem godziny i ECTS z praktykami													
					377		**29**	390		**30**	505		**31**	492		**30**		
			1764														Godziny i ECTS bez praktyk	
	Egzaminy				3			2			1			3			1404	108

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

Semestry trwają po 13 tygodni.

* Oferta przedmiotów realizowanych w ramach FAR oraz przedmiotu swobodnego wyboru jest ustalana w drodze zarządzenia dziekana i może podlegać zmianom w celu dostosowania jej do aktualnych możliwości organizacyjnych, potrzeb rynku pracy oraz bieżących uwarunkowań dydaktycznych. Student dokonuje wyboru spośród aktualnie oferowanych zajęć zgodnie z zasadami organizacji roku oraz limitami miejsc;

** Specjalizacja instruktora rekreacji stanowi obowiązkowy element programu studiów. Po zrealizowaniu przewidzianych treści kształcenia student może przystąpić do fakultatywnego egzaminu instruktorskiego. Uzyskanie pozytywnego wyniku egzaminu oraz zrealizowanie wymaganej praktyki instruktorskiej umożliwia uzyskanie legitymacji instruktora rekreacji ruchowej. Legitymacja instruktorska wydawana jest po ukończeniu studiów.