

Plan studiów podyplomowych

TRENER ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

(nazwa studiów podyplomowych)

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Teoria aktywności fizycznej	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
2.	Psychospołeczne aspekty aktywności fizycznej	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
3.	Fizjologiczne uwarunkowania aktywności fizycznej	6	4	2	6	4	2	-	-	-	Z-I
4.	Profilaktyka chorób cywilizacyjnych	10	-	2	10	-	2	-	-	-	Z-I
5.	Indywidualne metody modelowania sylwetki	-	16	2	-	8	1	-	8	1	Z-II
6.	Diagnostyka funkcjonalna w treningu zdrowotnym	-	6	1	-	6	1	-	-	-	Z-I
7.	Biochemia żywności	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
8.	Nowoczesne trendy kulinarne	-	10	2	-	-	-	-	10	2	Z-II
9.	Wspomaganie zdrowia suplementami	10	-	2	10	-	2	-	-	-	Z-I
10.	Zabiegi holistyczne w zdrowym stylu życia	9	10	3	-	-	-	9	10	3	Z-II
11.	Joga	-	8	1	-	-	-	-	8	1	Z-II
12.	Fitness – Indoor & Outdoor	-	20	3	-	12	2	-	8	1	Z-II
13.	Wprowadzenie do psychodietetyki	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
14.	Innowacyjne techniki rozwoju osobistego i edukacji	6	6	2	6	6	2	-	-	-	Z-II
15.	Podstawy life coachingu	6	12	3	6	6	2	-	6	1	Z-II
16.	Komunikacja z klientem	-	12	2	-	-	-	-	12	2	
17.	Prawne aspekty prowadzenia działalności gospodarczej	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
18.	Egzamin końcowy	-	2	-	-	-	-	-	2	-	E-II
Razem:		83	106	30	50	42	16	33	64	14	
		189			92			97			