

Wykaz przedmiotów do wyboru na kierunku turystyka i rekreacja studia I i II stopnia i II stopnia

Grupa zajęć	Przedmiot	Prowadzący	Koordynator
SPECJALIZACJA INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ I	Funkcjonalny trening siłowy	Jacek Polechoński Michał Wilk	dr Gerard Kosmala
	Wspinaczka halowa	Krzysztof Sas-Nowosielski Artur Magiera	
	Kitesurfing	Krzysztof Traczyk	
	Narciarstwo zjazdowe	Katarzyna Górską Adam Staszekiewicz	
	Turystyka rowerowa	Katarzyna Górską	
	Windsurfing	Katarzyna Górską Adam Staszekiewicz	
	Żeglarstwo jachtowe	Michał Starzyński	
	Fitness nowoczesne formy	Aneta Powerska-Didkowska	
	Fitness w ciąży i po porodzie	Magdalena Głowacka	
	Kajakarstwo turystyczne	Jarosław Cholewa Oskar Placek Rafał Kudrys	
	Badmington rekreacyjny	Bożena Wołkowička	
	Snowboard	Michał Starzyński Krzysztof Traczyk	
	Samoobrona i sporty walki	Maciej Kostrzewa	
	SPECJALIZACJA INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ II	Wspinaczka halowa	
Narciarstwo zjazdowe		Katarzyna Górską Adam Staszekiewicz	
Kitesurfing		Krzysztof Traczyk	
Turystyka rowerowa		Katarzyna Górską	
Badmington rekreacyjny		Bożena Wołkowička	
Nordic walking		Ryszard Grzywocz, Marzena Paruzel, Ronald Mehlich,	

		Bartłomiej Szade, Tomasz Skowronek, Janusz Krężelok	
	Windsurfing	Adam Staszekiewicz Katarzyna Górka	
	Żeglarstwo jachtowe	Michał Starzyński	
	Fitness boot camp	Ryszard Grzywocz, Marzena Paruzel, Ronald Mehlich, Bartłomiej Szade	
	Fitness w ciąży i po porodzie	Magdalena Głowacka	
	Kinezygerontoprofilaktyka	Anna Witkowska	
	Snowboard	Michał Starzyński Krzysztof Traczyk	
	Samoobrona i sporty walki	Maciej Kostrzewa	
SPECJALIZACJA INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ – OBÓZ	Windsurfing	Katarzyna Górka Adam Staszekiewicz	
	Wspinaczka skałkowa	Artur Magiera Krzysztof Sas-Nowosielski	
	Kajakarstwo turystyczne	Jarosław Cholewa Rafał Kudrys Oskar Placek	
	Kitesurfing	Krzysztof Traczyk	
	Narciarstwo zjazdowe	Katarzyna Górka Adam Staszekiewicz	
	Snowboard	Krzysztof Traczyk Michał Starzyński	
	Turystyka rowerowa	Katarzyna Górka	
	Żeglarstwo jachtowe	Michał Starzyński	
FORMY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ (FAR)	Skoki na trampolinie (sem. 5,6)	Jerzy Trzaska Krzysztof Wilusz	
	Dance Fitness show (sem. 6)	Anna Witkowska Aneta Powerska-Didkowska	
	Fitness dance (sem. 5)	Anna Witkowska Aneta Powerska-Didkowska	
	Fitness i wellness (sem. 4)	Małgorzata Grabara Anna Witkowska	

		Ewa Wyszowska	
	Fitness kształtowanie sylwetki (sem. 4)	Małgorzata Grabara Ewa Wyszowska Aneta Powerska-Didkowska	
	Full body workout (sem. 6)	Ewa Wyszowska Małgorzata Grabara	
	Step reebok (sem. 5)	Ewa Wyszowska Aneta Powerska-Didkowska	
	Wspinaczka halowa (sem. 3,4,5,6)	Artur Magiera Krzysztof Sass-Nowosielski	
	Aqua fitness (sem. 3,4,5,6)	Angelika Torbus	
	Badminton rekreacyjny (sem.3, 5)	Bożena Wołkowycka	
	Taniec (sem. 3, 4,5,6)	Angelika Torbus	
	Taniec towarzyski (sem. 3,4,5,6)	Angelika Torbus	
	Turystyka kajakowa (sem. 4,6)	Bożena Wołkowycka	
	Samobrona i sporty walki (sem. 3,4,5,6)	Maciej Kostrzewa	
	Trening funkcjonalny	Jacek Polechoński Anna Bieniec	
TERENOWE FORMY AKTYWNOŚCI	Fitness boot camp	Ryszard Grzywocz Marzena Paruzel Ronald Mehlich	
	Lekkoatletyczne formy treningu	Ryszard Grzywocz Marzena Paruzel Ronald Mehlich	
	Nordic walking	Ryszard Grzywocz Marzena Paruzel Ronald Mehlich	
	Organizacja i trening zdrowotny w sporcie masowym	Ryszard Grzywocz Marzena Paruzel Ronald Mehlich	
	Skituryzm	Rafał Kudrys	
	Surwiwal	Artur Magiera	
	Techniki linowe	Artur Magiera	

Grupa zajęć do wyboru z różnych obszarów kształcenia	Wykład monograficzny (do wyboru) – stopień pierwszy TiR	Sport kobiet	Teresa Socha	dr Gerard Kosmala – koordynator
		Teoretyczne podstawy sportów indywidualnych	Arkadiusz Stanula	
		Kształtowanie wizerunku obszarów recepcji turystycznej i rekreacyjnej	Jakub Ryśnik	

Grupa zajęć metodologiczno-seminaryjnych	Wykład monograficzny (do wyboru) – stopień drugi TiR	Aktywność fizyczna w profilaktyce zdrowia psychospołecznego	Małgorzata Dębska	dr Gerard Kosmala – koordynator
		Działalność człowieka na obszarach wysokogórskich	Katarzyna Jakubik-Bińczak	
		Turystyka na Śląsku	Rajmund Tomik	