

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

Grupa zajęć	Przedmiot	Prowadzący	Koordynator
<b>SPECJALIZACJA INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ I</b>	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 Staszkiwicz	
	Turystyka rowerowa	Katarzyna Górską	
	Windsurfing	Katarzyna Górską Adam Staszkiwicz	
	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	
	Badminton rekreacyjny	Bożena Wołkowička	
	Snowboard	Michał Starzyński Krzysztof Traczyk	
	Samoobrona i sporty walki	Maciej Kostrzewa	
	Tenis	Wojciech Olsza	
	Pływanie	Łucja Płatek Alicja Stachura Andrzej Żurawik Michał Skóra Robert Wilk Wojciech Rejdych	
	Wspinaczka halowa	Krzysztof Sas-Nowosielski Artur Magiera	

<b>SPECJALIZACJA INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ II</b>	Narciarstwo zjazdowe	Katarzyna Górską Adam Staszekiewicz
	Kitesurfing	Krzysztof Traczyk
	Turystyka rowerowa	Katarzyna Górską
	Badminton rekreacyjny	Bożena Wołkowička
	Nordic walking	Ryszard Grzywocz, Marzena Paruzel, Ronald Mehlich, Bartłomiej Szade, Tomasz Skowronek, Janusz Kręzelok
	Windsurfing	Adam Staszekiewicz Katarzyna Górską
	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
	Tenis	Wojciech Olsza
	Płetwonurkowanie	Robert Wilk Alicja Stachura Łucja Płatek
<b>SPECJALIZACJA INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ – OBÓZ</b>	Windsurfing	Katarzyna Górską Adam Staszekiewicz
	Wspinaczka skałkowa	Artur Magiera Krzysztof Sas-Nowosielski
	Kajakarstwo turystyczne	Jarosław Cholewa Rafał Kudrys Oskar Placek
	Kitesurfing	Krzysztof Traczyk
	Narciarstwo zjazdowe	Katarzyna Górską Adam Staszekiewicz

	Snowboard	Krzysztof Traczyk Michał Starzyński	
	Turystyka rowerowa	Katarzyna Górską	
	Żeglarstwo jachtowe	Michał Starzyński	
<b>FORMY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ (FAR)</b>	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	
	Samoobrona i sporty walki (sem. 3,4,5,6)	Maciej Kostrzewa	
	Trening funkcjonalny	Jacek Polechoński Anna Bieniec	
	Tenis	Wojciech Olsza	

	Pływanie rekreacyjne	Łucja Płatek Alicja Stachura Andrzej Żurawik Michał Skóra Robert Wilk Wojciech Rejdych	
	Płetwonurkowanie z elementami pływania	Andrzej Żurawik Michał Skóra Wojciech Rejdych Wojciech Sadowski Robert Wilk	
	Drużynowe gry rekreacyjne w wodzie	Arkadiusz Kula	
	Rekreacyjne odmiany piłki siatkowej	Barbara Nowak Dorota Szade	
<b>TERENOWE FORMY AKTYWNOŚCI</b>	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	

<b>Grupa zajęć do wyboru z różnych obszarów kształcenia</b>	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	

<b>Grupa zajęć metodologiczno-seminaryjnych</b>	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	