

H. GRUPY ZAJĘĆ DO WYBORU Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - rozpisane na przedmioty

Specjalność: Trener w wybranej dyscyplinie sportowej																											
1.	Specjalność: Trener wybranej dyscypliny sportu	Przygotowanie techniczne	26	4	0	26	13	2		13	2											ZO	E	2			
2.		Przygotowanie taktyczne	38	6	0	38							19	3									ZO	E	5		
3.		Przygotowanie motoryczne	39	6	0	39							13	2		13	2						ZO	E	5		
4.		Nowoczesne technologie IT w sporcie	26	4	0	26						13	2										ZO	E	6		
5.		Identyfikacja talentu sportowego	13	2	0	13						7	1										ZO	E	4		
6.		Żywnienie i suplementacja w sporcie	13	2	0	13																	ZO	E	6		
7.		Przepisy i organizacja zawodów sportowych	13	2	0	13																	ZO	E	6		
8.		Planowanie i kontrola procesu treningowego	13	2	0	13																	ZO	E	6		
9.		Szkolenie dzieci i młodzieży	26	4	0	26							13	2									ZO	E	2		
10.		Zarządzanie zespołem	13	2	0	13																	ZO	E	4		
11.		Motywowanie w sporcie	12	2	0	12							6	1		6	1						ZO	E	2		
			232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7			
MODUL Specjalność: Trener przygotowania mentalnego																											
1.	Specjalność: Trener przygotowania mentalnego	Trening psychomotoryczny	13	2	0	13						13	2									ZO	E	2			
2.		Specyfika pracy z trenerem	13	2	0	13																	ZO	E	6		
3.		Emocje i motywacja w sporcie	26	4	0	26						13	2										ZO	E	2		
4.		Uważność w sporcie	13	2	0	13																	ZO	E	4		
5.		Strategie budowania zespołu w sporcie	13	2	0	13																	ZO	E	6		
6.		Procesy grupowe w sporcie	13	2	0	13																	ZO	E	5		
7.		Psychologiczne aspekty pracy z zawodnikiem w trakcie kontuzji	6	1	0	6																	ZO	E	6		
8.		Trening umiejętności psychospołecznych	6	1	0	6							6	1									ZO	E	1		
9.		Zasadnienia kliniczne psychologii sportu	13	2	0	13																	ZO	E	6		
10.		Prewencja doinowu w sporcie	6	1	0	6																	ZO	E	4		
11.		Psychologia sportu dzieci i młodzieży	26	4	0	26							13	2		13	2						ZO	E	3		
12.		Podstawy psychologii sportu	13	2	0	13							13	2									ZO	E	1		
13.		Techniki treningu mentalnego	26	4	0	26							13	2		13	2						ZO	E	3		
14.		Metody wyobrażeń i relaksacyjne w sporcie	13	2	0	13																	ZO	E	4		
15.		Trening koncentracji uwagi	6	1	0	6																	ZO	E	3		
16.		Psychologiczne czynniki w sporcie wyczynowym	13	2	0	13																	ZO	E	5		
17.		Psychologia osobowości	13	2	0	13																	ZO	E	5		
18.		Egzamin końcowy	0	0	0	0																	-	E	6		
			232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7			
MODUL Specjalność: Trener przygotowania motorycznego																											
1.	Specjalność: Trener przygotowania motorycznego	Kształtowanie sprawności specjalnej - gry zespołowe	36	6	0	36						6	1		6	1		6	1		6	1		ZO	E	6	
2.		Kształtowanie sprawności specjalnej- sporty indywidualne	36	6	0	36							6	1		6	1		6	1		6	1		ZO	E	6
3.		Żywnienie i suplementacja w przygotowaniu motorycznym	14	2	0	14																	ZO	E	5		
4.		Trening funkcjonalny	7	1	0	7																	ZO	E	4		
5.		Nowoczesne metody i środki treningu	13	2	0	13																	ZO	E	6		
6.		Identyfikacja potencjału zawodnika	13	2	0	13							13	2									ZO	E	2		
7.		Planowanie i programowanie treningu	26	4	0	26							13	2		13	2						ZO	E	2		
8.		Kształtowanie siły i mocy zawodnika	26	4	0	26							7	1		13	2						ZO	E	4		
9.		Diagnostyka stanu wytrenowania zawodnika	26	4	0	26																	ZO	E	6		
10.		Kształtowanie szybkości	7	1	0	7																	ZO	E	3		
11.		Kształtowanie wytrzymałości	7	1	0	7							7	1									ZO	E	1		
12.		Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych	7	1	0	7																	ZO	E	2		
13.		Profilaktyka urazów zawodnika	7	1	0	7																	ZO	E	6		
14.		Kształtowanie gibkości	7	1	0	7																	ZO	E	4		
			232	36	0	232	0	32	5	0	52	8	0	32	5	0	32	5	0	39	6	0	45	7			