I ROK 2023/2024

Załącznik nr 1 do uchwały AR001-7-IV/2023

KIERUNEK: WYCHOWANIE FIZYCZNE

PLAN NIESTACJONARNYCH STUDIÓW DRUGIEGO STOPNIA

PROFIL.: OGÓLNOAKADEMICKI, TYTUŁ ZAWODOWY ABSOLWENTA: MAGISTER

L.p.			Nazwa przedmiotu	Suma godzin				I rok						II rok						ZALICZENIA (ZO - z oceną, ZZ - "zal.")	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			
I. GRUPY OBLIGATORYJNE																						
A. GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU NAUK PODSTAWOWYCH																						
1.	Grupa zajęć humanistyczno-społecznych	BN	Psychologia sportu	13	2	0	13								13	2				ZO		3
2.		BN	Pedagogika kultury fizycznej	6	1	0	6		6	1										ZO		1
3.			Filozofia	6	1	6	0	6		1										ZO		1
4.		BN	Socjologia	12	2	6	6				6	6	2							ZO		2
5.	Grupa zajęć fizjologiczno-medyczny	BN	Ekologia z ochroną środowiska	6	1	6	0	6		1										ZO		1
6.		BN	Fizjologia wysiłku fizycznego	25	4	6	19	6	13	3		6	1							ZO	E	2
7.		BN	Medycyna sportu	12	2	6	6				6	6	2							ZO	E	2
8.	Grupa zajęć z analizy ruchu	BN	Biomechaniczna analiza ruchu	25	4	6	19	6	13	3		6	1							ZO		2
9.		BN	Diagnostyka i przygotowanie motoryczne	25	4	6	19	6	13	3		6	1							ZO	E	2
10.	Grupa zajęć z teorii treningu i diagnostyki	BN	Identyfikacja potencjału sprawnościowego	13	2	0	13					13	2							ZO		2
11.		BN	Teoria treningu	26	4	13	13	13	13	4										ZO	E	1
12.	Grupa zajęć z turystyki		Turystyka szkolna	6	1	6	0							6		1				ZO		3
13.	Grupa zajęć z adaptowanej aktywności fizycznej	BN	Adaptowana aktywność fizyczna	19	3	6	13				6	13	3							ZO		2
14.		BN	Wychowanie fizyczne specjalne	12	2	6	6				6	6	2							ZO	E	2
				206	33	73	133	43	58	16	24	62	14	6	13	3	0	0	0			
B. GRUPA ZAJĘĆ PRAKTYCZNYCH KIERUNKOWYCH																						
1.	Grupa zajęć przygotowania dydaktycznego	**BN**	Monitorowanie lekcji	39	3	13	26	13	13	2		13	1							ZO	E	2
2.		BN	Pedeutologia	26	2	0	26					26	2							ZO		2
3.			Metodyka rekreacji ruchowej	13	1	13	0	13		1										ZO		1
4.		BN	Metodyka zajęć muzyczno-ruchowych	13	1	0	13					13	1							ZO		2
5.			Praktyka w szkole ponadpodstawowej	60	5	0	60								60	5				ZO		3
	Grupa zajęć praktycznych-sporty indywidualne		**Sporty indywidualne:**	0	0	0	0													ZO		
6.		BN	Gimnastyczno-akrobatyczne formy ruchu	13	2	0	13		13	2										ZO		1
7.		BN	Lekkoatletyczne formy ruchu	13	2	0	13		13	2										ZO		1
8.		BN	Sporty wodne	13	2	0	13		13	2										ZO		1
	Grupa zajęć praktycznych-sporty zespołowe		**Sporty zespołowe:**	0	0	0	0													ZO		
10.		BN	Koszykówka	13	2	0	13					13	2							ZO		2
11.		BN	Piłka nożna	13	2	0	13					13	2							ZO		2
12.		BN	Piłka ręczna	13	2	0	13					13	2							ZO		2
13.		BN	Siatkówka	13	2	0	13					13	2							ZO		2
				242	26	26	216	26	52	9	0	104	12	0	60	5	0	0	0			
C. GRUPA ZAJĘĆ OGÓLNOUCZELNIANYCH																						
1.	Grupa zajęć ogólnouczelnianych	BN	Statystyka	19	3	6	13							6	13	3				ZO		3
2.		BN	Metodologia badań naukowych	19	3	6	13	6	13	3										ZO	E	1
				25	6	12	13	6	13	3	0	0	0	6	13	3	0	0	0			
D. GRUPA ZAJĘĆ PRAWNO ORGANIZACYJNYCH																						
1.	Grupa zajęć organizacyjno prawnych		Ochrona własności intelektualnej	6	1	6	0				6		1							ZO		2
2.			Zarządzanie kulturą fizyczną	6	1	6	0							6		1				ZO		3
				12	2	12	0	0	0	0	6	0	1	6	0	1	0	0	0			
E. GRUPA ZAJĘĆ Z JĘZYKÓW OBCYCH DO WYBORU																						
1.	Grupa zajęć z języków obcych		Język obcy	26	4	0	26		13	2		13	2							ZO		2
				26	4	0	26	0	13	2	0	13	2	0	0	0	0	0	0			
II. GRUPY ZAJĘĆ DO WYBORU																						
F. GRUPY ZAJĘĆ DO WYBORU w ramach przygotowania do nauczania dodatkowego przedmiotu lub specjalności - student wybiera jeden z modułów																						
1.	Grupa zajęć w ramach specjalności		Grupa zajęć w ramach specjalności trening sportowy	135	19	25	110	0	0	0	0	0	0	12	52	10	13	58	9	ZO		4
			Grupa zajęć w ramach specjalności trening sportowy	122	19	25	97	0	0	0	0	0	0	12	52	10	13	45	9	ZO		4
2.			Grupa zajęć w ramach specjalności Opiekun osoby starszej/ Asystent osoby niepełnosprawnej	135	19	25	110	0	0	0	0	0	0	12	58	10	13	52	9	ZO		4
3.			Grupa zajęć w ramach specjalności funkcjonalny trening zdrowotny osób w średnim i starszym wieku	122	19	25	97	0	0	0	0	0	0	12	52	10	13	45	9	ZO		4
				124	19	32	92	0	0	0	0	0	0	13	52	10	13	46	9			
G. GRUPY ZAJĘĆ Z RÓŻNYCH OBSZARÓW KSZTAŁCENIA - student wybiera jeden rodzaj przedmiotu z każdego modułu, zgodnie z ofertą przedstawioną w semestrze poprzedzającym rozpoczęcie																						
1.	Grupa zajęć do wyboru z różnych obszarów kształcenia		Seminarium dyplomowe	18	3	0	18					6	1		6	1		6	1	ZO	E	4
2.			Formy aktywności ruchowej **	13	2	0	13											13	2	ZO		4
3.			Formy aktywności ruchowej **	13	2	0	13											13	2	ZO		4
4.			Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych	13	2	13	0										13		2	ZO		4
5.			Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych	13	2	13	0										13		2	ZO		4
6.			Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu	13	2	13	0							13		2				ZO		3
7.			Przedmioty teoretyczne z dziedziny nauk medycznych i o zdrowiu	13	2	13	0							13		2				ZO		3
8.			Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej	13	2	13	0										13		2	ZO		4
9.			Przedmioty teoretyczne z dyscypliny nauk o kulturze fizycznej	13	2	13	0										13		2	ZO		4
10.	Zajęcia z możliwością uzyskania dodatkowych uprawnień		Specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej *	78	6	0	78								39	3		39	3	ZO/E		4
11.			Specjalizacja dodatkowa ***	130	10	0	130								65	5		65	5	ZO/E		4
				330	35	78	252	0	0	0	0	6	1	26	110	13	52	136	21			

ZESTAWIENIE

Razem godziny i punkty	Razem		Suma godzin		I rok				II rok				II rok				Razem	
					1 sem.			2 sem.			3 sem.			4 sem.				
	Godziny	ECTS	Wykłady	Ćwiczenia													Godziny	ECTS
Zajęcia Naukowo-Badawcze	429	66																
Zajęcia Naukowo-Badawcze %	55%	55%																
Zajęcia z zakresu nauk podstawowych	206	30			Suma godzin			Suma godzin			Suma godzin			Suma godzin				
Zajęcia o charakterze praktycznym	242	23			75	136	30	30	185	30	57	248	35	65	182	30		
Zajęcia ogólnouczelniane	25	10			211			215			305			247				
			227	751	Suma godzin w tygodniu												978	125
Zajęcia z zakresu prawno-organizacyjnego	12	2			6	10		2	14		4	19		5	14			
					16			17			23			19				
					Razem godziny i ECTS z praktykami													
Grupa zajęć do wyboru (min. 30%)	480	58			211		**30**	215		**30**	305		**35**	247		**30**		
Grupa zajęć do wyboru w procentach	49,1	43,2	978		**Nieprawidłowa liczba godzin. Powinno być 1560**												125	
Egzaminy	12				4			3			1			4			978	

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

* Do wyboru przez studenta: specjalizacja instruktora rekreacji ruchowej (78 godz.). Zaliczenie jest obligatoryjne, warunkiem uzyskania legitymacji instruktorskiej jest przystąpienie i zdanie egzaminu. Legitymacja wydawana jest po ukończeniu studiów.

**Do wyboru przez studenta: formy aktywności ruchowej - do wyboru dwie różne formy aktywności ruchowej (w semestrze 4)

***Do wyboru przez studenta: specjalizacja instruktora sportu (130 godz.). Zaliczenie jest obligatoryjne, warunkiem uzyskania legitymacji instruktorskiej jest przystąpienie i zdanie egzaminu. Legitymacja wydawana jest po ukończeniu studiów.

F. GRUPY DO WYBORU Z ZAKRESU SPECJALNOŚCI - rozpisane na przedmioty																						
1. GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI - TRENING MOTORYCZNY W TAŃCU, FITNESSIE I SPORTACH ARTYSTYCZNYCH																						
1.	TRENING MOTORYCZNY W TAŃCU, FITNESSIE I SPORTACH ARTYSTYCZNYCH		Trening funkcjonalny z akcentem na sprawność motoryczną tancerza	25	4	6	19							6	19	4				ZO	E	3
2.			Aplikacje mobilne i wirtualna rzeczywistość w treningu tanecznym i fitnessie	13	2	0	13								13	2				ZO		3
3.			Gimnastyka artystyczna i akrobatyka w treningu tanecznym	13	2	0	13								13	2				ZO		3
4.			Żywienie i suplementacja w sportach artystycznych	6	1	6	0							6		1				ZO		3
5.			Analiza funkcjonalna ruchu w treningu tanecznym i akrobatyce												7	1				ZO		3
6.			Trening taneczny w aerobiku sportowym															13	2	ZO		4
7.			Mind & Body w tańcu i fitnessie															13	2	ZO		4
8.			Zajęcia projektowe „taniec i fitness w nauce i praktyce”	6	1	0	6											6	1	ZO		4
9.			Kinezjologia tańca	7	1	7	0										7		1	ZO		4
10.			Neurofizjologia tańca	6	1	6	0										6		1	ZO		4
11			Praktyka	26	2	0	26											26	2	ZO		4
				135	14	25	77	0	0	0	0	0	0	12	52	10	13	58	9			
2. GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI - TRENING SPORTOWY																						
1.	TRENING SPORTOWY	BN	Metabolizm wysiłkowy	19	3	6	13							6	13	3				ZO	E	3
2.		BN	Fizjologia sportu	19	3	6	13							6	13	3				ZO		3
3.		BN	Periodyzacja żywienia w sporcie	13	2	0	13											13	2	ZO		4
4.		BN	Periodyzacja i planowanie w treningu sportowym	12	2	6	6										6	6	2	ZO		4
5.		BN	Kontrola motoryczna	13	2	7	6										7	6	2	ZO		4
6.			Czynniki psychologiczne w sporcie wyczynowym	7	1	0	7											7	1	ZO		4
7.		BN	Biochemiczne monitorowanie treningu sportowego	13	2	0	13											13	2	ZO		4
8.		BN	Biomechanika sportu	13	2	0	13								13	2				ZO		3
9.		BN	Specyfika kształtowania zdolności motorycznych kobiet	13	2	0	13								13	2				ZO		3
				122	19	25	97	0	0	0	0	0	0	12	52	10	13	45	9			
3. GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI - Opiekun osoby starszej/ Asystent osoby niepełnosprawnej																						
1.	OPIEKUN OSOBY STARSZEJ/ASYSTENT OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ		Podstawy geriatrii i defektologii	13	2	0	13								13	2				ZO		3
2.			Metodyka pracy opiekuńczej z osobą starszą lub osobą niepełnosprawną	13	2	0	13								13	2				ZO		3
3.			Żywienie i suplementacja osób starszych lub osób niepełnosprawnych	6	1	6	0							6		1				ZO		3
4.			Psychologia osób starszych lub osób niepełnosprawnych	6	1	0	6								6	1				ZO		3
5.			Podstawy prawne i organizacyjne opieki nad osobą starszą lub osobą niepełnosprawną	6	1	6	0							6		1				ZO		4
6.		BN	Aktywizacja społeczna i zawodowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	7	1	0	7											7	1	ZO		4
7.		BN	Aktywność fizyczna osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	26	4	0	26								13	2		13	2	ZO		4
8.		BN	Komunikacja niewerbalna	13	2	13	0										13		2	ZO		4
9.		BN	Metody relaksacji	6	1	0	6											6	1	ZO		4
10.		BN	Terapia zajęciowa osoby starszej lub osoby niepełnosprawnej	13	2	0	13											13	2	ZO		4
11.			Praktyka	26	2	0	26								13	1		13	1	ZO		4
12.			Egzamin końcowy (1,2,7)	0	0	0	0														E	4
				135	19	25	110	0	0	0	0	0	0	12	58	10	13	52	9			
4. GRUPA ZAJĘĆ Z ZAKRESU DODATKOWEJ SPECJALNOŚCI - FUNKCJONALNY TRENING ZDROWOTNY OSÓB W ŚREDNIM I STARSZYM WIEKU																						
1.	FUNKCJONALNY TRENING ZDROWOTNY OSÓB W ŚREDNIM I STARSZYM WIEKU		Podstawy gerontologii	31	5	12	19							6	13	3	6	6	2	ZO	E	4
2.		BN	Fizjologiczne podstawy treningu zdrowotnego	7	1	7	0										7		1	ZO		4
3.		BN	Żywienie i suplementacja w treningu zdrowotnym	6	1	0	6											6	1	ZO		4
4.			Metodyka treningu zdrowotnego	13	2	6	7							6	7	2				ZO		3
5.		BN	Gimnastyka w treningu zdrowotnym	6	1	0	6								6	1				ZO		3
6.		BN	Techniki relaksacyjne w treningu zdrowotnym	6	1	0	6								6	1				ZO		4
7.			Funkcjonalny trening oporowy	7	1	0	7											7	1	ZO		4
8.			Taniec i aerobik w treningu zdrowotnym	6	1	0	6											6	1	ZO		4
9.		BN	Gry i zabawy ruchowe w treningu zdrowotnym	7	1	0	7											7	1	ZO		4
10.		BN	Aqua Fitness z elementami pływania w treningu zdrowotnym	7	1	0	7											7	1	ZO		4
11.		BN	Terenowe formy aktywności ruchowej w treningu zdrowotnym	13	2	0	13								7	1		6	1	ZO		4
			Psychologia wieku średniego i starszego	7	1	0	7								7	1				ZO		3
12.			Organizacja imprez sportowo-rekreacyjnych	6	1	0	6								6	1				ZO		3
				122	19	25	97	0	0	0	0	0	0	12	52	10	13	45	9			