

STUDIA STACJONARNE
studia pierwszego stopnia

Czas trwania studiów: 6 semestrów

od roku akad. 2022/2023

Symbol	Grupa zajęć/Moduły	Forma zaliczenia	Godzin/ECTS	Razem	W tym			I ROK						II ROK						III ROK					
					Wykłady	ćwiczenia	Praca własna	semestr 1			semestr 2			semestr 3			semestr 4			semestr 5			semestr 6		
								wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna
A. GRUPA ZAJĘĆ OGÓLNOAKADEMICKICH (ZO)																									
ZO1	Język obcy w naukach biologicznych	Z	godzin	91	0	52	39		26	26		26	13												
			ECTS	3,5	0	2	1,5		1	1		1	0,5												
ZO2	Wychowanie fizyczne	Z	godzin	60	0	60	0		30			30													
			ECTS	0	0	0	0		0			0													
ZO3	Technologia informacyjna z elementami nauczania na odległość	Z	godzin	52	13	13	26	13	13	26															
			ECTS	2	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1															
ZO4	Socjologia	Z	godzin	26	13	0	13	13		13															
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5															
ZO5	Pomoc przedmedyczna	Z	godzin	26	0	13	13					13	13												
			ECTS	1	0	0,5	0,5					0,5	0,5												
RAZEM A:			GODZIN	255	26	138	91	26	69	65	0	69	26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
			ECTS	7,5	1	3	3,5	1	1,5	2,5	0	1,5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

B. GRUPA ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH (ZP)

1B. Moduł zajęć fizjologiczno-medycznych w odnowie biologicznej																									
ZP1	Anatomia prawidłowa człowieka	Z/E	godzin	130	26	52	52	13	26	26	13	26	26												
			ECTS	5	1	2	2	0,5	1	1	0,5	1	1												
ZP2	Anatomia funkcjonalna	Z	godzin	26	0	13	13							13	13										
			ECTS	1	0	0,5	0,5							0,5	0,5										
ZP3	Fizjologia ogólna	Z/E	godzin	65	13	26	26				13	26	26												
			ECTS	2,5	0,5	1	1				0,5	1	1												
ZP4	Fizjologia wysiłku fizycznego i sportu	Z	godzin	39	0	26	13							26	13										
			ECTS	1,5	0	1	0,5							1	0,5										
ZP5	Regeneracja i odnowa biologiczna	Z	godzin	52	13	26	13							13	26	13									
			ECTS	2	0,5	1	0,5							0,5	1	0,5									
ZP6	Biologia medyczna	Z	godzin	52	26	0	26	26		26		26													
			ECTS	2	1	0	1	1		1		1													
ZP7	Biochemia	Z	godzin	26	0	13	13	13	13	13															
			ECTS	1	0	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5															
ZP8	Farmakologia	Z	godzin	26	13	0	13									13	13								
			ECTS	1	0,5	0	0,5								0,5	0,5									
ZP9	Patologia ogólna	Z	godzin	39	26	0	13							26	13										
			ECTS	1,5	1	0	0,5							1	0,5										
ZP10	Bioetyka	Z	godzin	26	13	0	13	13		13		13													
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5		0,5													
ZP11	Podstawy biomechaniki i ergonomia	Z	godzin	52	0	26	26		26	26															
			ECTS	2	0	1	1		1	1															
RAZEM 1B:			GODZIN	533	130	182	221	65	65	104	26	52	52	39	65	52	13	0	13	0	0	0	0	0	0
			ECTS	20,5	5	7	8,5	2,5	2,5	4	1	2	2	1,5	2,5	2	0,5	0	0,5	0	0	0	0	0	0

2B. MODUŁ: Zajęć prawno-ekonomicznych																						
ZP12	Zarządzanie i marketing usług w odnowie biologicznej	Z	godzin	52	0	26	26	0	26	26												
			ECTS	2	0	1	1	0	1	1												
ZP13	Podstawy prawa w naukach o zdrowiu	Z	godzin	65	26	13	26	26	13	26												
			ECTS	2,5	1	0,5	1	1	0,5	1												
RAZEM 2B:			GODZIN	117	26	39	52	26	39	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
			ECTS	4,5	1	1,5	2	1	1,5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

C C. GRUPA ZAJĘĆ PRAKTYCZNO - KIERUNKOWYCH (ZK)																						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1C. MODUŁ: Środki medyczno-biologiczne odnowy biologicznej																						
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ZK1	Teoretyczne i praktyczne podstawy odnowy biologicznej	Z	godzin	52	26	0	26				26		26												
			ECTS	2	1	0	1				1		1												
ZK2	Masaż w odnowie biologicznej	Z	godzin	130	13	78	39				13	39	26		39	13									
			ECTS	5	0,5	3	1,5				0,5	1,5	1		1,5	0,5									
ZK3	Drenaż limfatyczny w odnowie biologicznej	Z	godzin	65	0	39	26											39	26						
			ECTS	2,5	0	1,5	1											1,5	1						
ZK4	Balneoklimatologia i czynniki fizykalne w odnowie biologicznej	Z/E	godzin	130	26	65	39				13	39	26	13	26	13									
			ECTS	5	1	2,5	1,5				0,5	1,5	1	0,5	1	0,5									
ZK5	Periodyzacja i programowanie odnowy biologicznej w sporcie	Z	godzin	91	13	52	26							13	26	13	0	26	13						
			ECTS	3,5	0,5	2	1							0,5	1	0,5	0	1	0,5						
ZK6	Medycyna sportowa, prewencja urazów w sporcie	Z	godzin	52	0	26	26														0	26	26		
			ECTS	2	0	1	1														0	1	1		
RAZEM 1C:			godzin	520	78	260	182	0	0	0	39	39	52	13	78	39	26	52	26	0	65	39	0	26	26
			ECTS	20	3	10	7	0	0	0	1,5	1,5	2	0,5	3	1,5	1	2	1	0	2,5	1,5	0	1	1

2C. MODUŁ: Środki psychologiczne i pedagogiczne w odnowie biologicznej																						
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ZK7	Techniki relaksacyjne w odnowie biologicznej	Z	godzin	39	13	13	13				13	13	13												
			ECTS	1,5	0,5	0,5	0,5				0,5	0,5	0,5												
ZK8	Środki psychologiczne w odnowie biologicznej	Z	godzin	52	0	26	26		26	26															
			ECTS	2	0	1	1		1	1															
ZK9	Podstawy odnowy psychosomatycznej	Z	godzin	39	26	0	13	26		13															
			ECTS	1,5	1	0	0,5	1		0,5															
ZK10	Środki pedagogiczne w odnowie biologicznej	Z	godzin	26	13	0	13	13		13															
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5															
RAZEM 2C:		Z/E	godzin	156	52	39	65	39	26	52	13	13	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
			ECTS	6	2	1,5	2,5	1,5	1	2	0,5	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

3C. MODUŁ: Środki specjalne w odnowie biologicznej																						
ZK11	Diagnostyka funkcjonalna w odnowie biologicznej	Z	godzin	26	0	13	13					13	13									
			ECTS	1	0	0,5	0,5					0,5	0,5									
ZK12	Metody specjalne w odnowie biologicznej	Z/E	godzin	91	0	52	39					0	26	13		26	26					
			ECTS	3,5	0	2	1,5					0	1	0,5		1	1					
ZK13	Kinezyprofilaktyka	Z	godzin	52	13	13	26				13	13	26									
			ECTS	2	0,5	0,5	1				0,5	0,5	1									
ZK14	Ćwiczenia w wodzie w profilaktyce	Z	godzin	52	0	26	26					26	26									
			ECTS	2	0	1	1					1	1									
ZK15	Trening funkcjonalny	Z	godzin	52	13	26	13					13	26	13								
			ECTS	2	0,5	1	0,5					0,5	1	0,5								
ZK16	Trening zdrowotny	Z	godzin	52	13	26	13								13	26	13					
			ECTS	2	0,5	1	0,5								0,5	1	0,5					
ZK17	Trening sportowy	Z/E	godzin	52	13	26	13					13	26	13								
			ECTS	2	0,5	1	0,5					0,5	1	0,5								
ZK18	Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu	Z	godzin	39	0	13	26		13	26												
			ECTS	1,5	0	0,5	1		0,5	1												
ZK19	Profilaktyka i promocja zdrowia	Z	godzin	26	13	0	13	13		13												
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5												
ZK20	Sprężenia zwrotne w odnowie biologicznej	Z	godzin	52	0	26	26													0	26	26
			ECTS	2	0	1	1													0	1	1
ZK21	Przygotowanie motoryczne	Z	godzin	52	0	26	26		26	26												
			ECTS	2	0	1	1		1	1												
RAZEM 3C:			godzin	546	65	247	234	13	39	65	13	52	65	26	78	39	13	52	39	0	0	0
			ECTS	21	2,5	9,5	9	0,5	1,5	2,5	0,5	2	2,5	1	3	1,5	0,5	2	1,5	0	0	0
4C. MODUŁ: Żywnienie i suplementacja																						
ZK22	Żywnieniowe wspomaganie regeneracji	Z	godzin	39	0	26	13					26	13									
			ECTS	1,5	0	1	0,5					1	0,5									
ZK23	Suplementacja w sporcie	Z	godzin	39	0	26	13											26	13			
			ECTS	1,5	0	1	0,5											1	0,5			
ZK24	Rola żywienia i suplementacji w wybranych chorobach cywilizacyjnych	Z	godzin	52	0	26	26							26	26							
			ECTS	2	0	1	1							1	1							
RAZEM 4C:			godzin	130	0	78	52	0	0	0	0	26	13	0	26	26	0	0	0	0	26	13
			ECTS	5	0	3	2	0	0	0	0	1	0,5	0	1	1	0	0	0	0	1	0,5

Lp.	D. Grupa Zajęć: DO WYBORU*		Godzin/ECTS	Razem	W tym			I ROK						II ROK						III ROK					
					Wykłady	Ćwiczenia	Praca własna	semestr 1			semestr 2			semestr 3			semestr 4			semestr 5			semestr 6		
								wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna
1	do Modułu 1B: Środki medyczno-biologiczne odnowy biologicznej	Z	godzin	520	0	234	286								78	78		52	78		52	78		52	52
			ECTS	20	0	9	11									3	3		2	3		2	3		2
2	do Modułu 2B: Zagadnienia prawno-ekonomiczne	Z	godzin	182	0	104	78					52	52												
			ECTS	7	0	4	3						2	2											
3	do Modułu 3C: Środki specjalne w odnowie biologicznej	Z	godzin	520	0	234	286								52	52		52	78		78	78		52	78
			ECTS	20	0	9	11									2	2		2	3		3	3		2
4	do Modułu 4C: Żywnienie i suplementacja	Z	godzin	182	0	78	104														52	26		52	52
			ECTS	7	0	3	4															2	1		2
RAZEM D:			GODZIN	1404	0	650	754	0	0	0	0	52	52	0	182	156	0	104	156	0	182	182	0	156	182
			ECTS	54	0	25	29	0	0	0	0	2	2	0	7	6	0	4	6	0	7	7	0	6	7

Lp.	E. Grupa zajęć: PRAKTYKI (PR)		Godzin/ECTS	Razem	W tym			I ROK						II ROK						III ROK					
					Wykłady	Ćwiczenia	Praca własna	semestr 1			semestr 2			semestr 3			semestr 4			semestr 5			semestr 6		
								wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna
PR1	Praktyka I wdrożeniowa	zal	godzin	207	0	181	26					182	26												
			ECTS	8	0	7	1						7	1											
PR2	Praktyka II w ośrodkach rekreacji i odnowy biologicznej	zal	godzin	260	0	234	26									234	26								
			ECTS	10	0	9	1										9	1							
PR3	Praktyka III w ośrodkach rekreacji i odnowy biologicznej	zal	godzin	260	0	234	26											234	26						
			ECTS	10	0	9	1												9	1					
PR4	Praktyka IV w ośrodkach i klubach sportowych	zal	godzin	339	0	313	26																	312	26
			ECTS	13	0	12	1																		12
RAZEM E:			GODZIN	1066	0	962	104	0	0	0	0	182	26	0	0	0	0	234	26	0	234	26	0	312	26
			ECTS	41	0	37	4	0	0	0	0	7	1	0	0	0	9	1	0	9	1	0	9	1	0
RAZEM GRUPY ZAJĘĆ (A+B+C+D+E)			GODZIN	4727	377	2595	1755	169	238	338	91	485	299	78	429	312	52	442	260	0	507	260	0	520	260
			ECTS	179,5	14,5	97,5	67,5	6,5	8	13	3,5	17,5	11,5	3	16,5	12	2	17	10	0	19,5	10	0	20	10
RAZEM ROCZNIE			GODZIN	745				745				875		819			754		767				338		
			ECTS	27,5				27,5				32,5		31,5			29		29,5				30		

*do Modułów 1B i 3C Student wybiera cztery zajęcia z grupy zajęć, w poszczególnych semestrach zgodnie z ofertą Uczni

*do Modułów 2B i 4C Student wybiera dwa zajęcia z grupy zajęć, w poszczególnych semestrach zgodnie z ofertą Uczni
