

**Plan 3-letnich studiów I stopnia licencjackich - profil praktyczny  
na kierunku WYCHOWANIE FIZYCZNE  
studia stacjonarne**

obowiązuje od roku akademickiego 2021/22

Lp.	Przedmiot	D	Wymiar godzin				Forma zał.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształce- nia	Procent samokształce- nia	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			Sem. 5			Sem. 6			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.	Zajęcia prakt.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.			10 tyg.			10 tyg.					
											w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
A. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO - 375 H (31 ECTS)																															
A.1	Etyka	O	15	5	10	0	ZO	25	8	32%							5	10	1										0,7	0,3	1
A.2	Filozofia	O	15	15	0	0	ZO	25	8	32%				15	0	1													0,7	0,3	1
A.3	Język obcy (do wyboru: angielski, niemiecki)	W	90	0	90	90	ZO/E	200	108	54%	0	45	4	0	45	4													3,7	4,3	8
A.4	Ochrona własności intelektualnych	O	5	5	0	0	ZO	25	18	72%	5	0	1																0,3	0,7	1
A.5	Pierwsza pomoc przedmedyczna	O	20	5	15	15	E	50	28	56%							5	15	2										0,9	1,1	2
A.6	Prawo oświatowe	O	10	10	0	0	ZO	25	13	52%										10	0	1							0,5	0,5	1
A.7	Socjologia	O	10	10	0	0	ZO	25	13	52%	10	0	1																0,5	0,5	1
A.8	Technologie informacyjne	O	30	0	30	30	ZO	50	18	36%	0	30	2																1,3	0,7	2
PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNEGO																															
A.9	Pedagogika ogólna	O	60	30	30	15	ZO/E	125	63	50%	15	15	2	15	15	3													2,5	2,5	5
A.10	Pedagogika wczesnoszkolna	O	30	15	15	15	ZO	50	18	36%				15	15	2													1,3	0,7	2
A.11	Psychologia ogólna	O	75	30	45	15	ZO/E	150	73	49%	15	30	3	15	15	3													3,1	2,9	6
A.12	Psychologia dziecka	O	15	15	0	0	ZO	25	8	32%				15	0	1													0,7	0,3	1
B. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO - 230 H (21 ECTS)																															
B.1	Anatomia	O	40	10	30	8	E	100	58	58%	10	30	4																1,7	2,3	4
B.2	Antropologia	O	30	10	20	10	ZO	75	43	57%										10	20	3							1,3	1,7	3
B.3	Antropomotoryka	O	30	15	15	10	E	75	43	57%															15	15	3	1,3	1,7	3	
B.4	Biochemia	O	30	10	20	5	ZO	50	18	36%	10	20	2																1,3	0,7	2
B.5	Biomechanika	O	30	15	15	10	ZO	75	43	57%				15	15	3													1,3	1,7	3
B.6	Fizjologia	O	40	10	30	10	E	100	58	58%							10	30	4										1,7	2,3	4
B.7	Podstawy biologii człowieka	O	30	10	20	15	ZO	50	18	36%	10	20	2																1,3	0,7	2
C. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO - 855 H (71 ECTS)																															
C.1	Edukacja zdrowotna	O	20	5	15	4	ZO	50	28	56%							5	15	2										0,9	1,1	2
C.2	Higiena szkolna	O	40	10	30	10	E	100	58	58%							10	30	4										1,7	2,3	4

Lp.	Przedmiot	D	Wymiar godzin				Forma zał.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształce- nia	Procent samokształce- nia	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			Sem. 5			Sem. 6			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS	
			Razem	w.	ćw.	Zajęcia prakt.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.			10 tyg.			10 tyg.						
											w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS				
C.3	Historia kultury fizycznej	O	30	15	15	0	E	75	43	57%	15	15	3															1,3	1,7	3		
C.4	Olimpizm	O	10	10	0	0	ZO	25	13	52%										10	0	1							0,5	0,5	1	
C.5	Rytmika i taniec	O	15	0	15	15	ZO	25	8	32%	0	15	1																0,7	0,3	1	
C.6	Teoria i metodyka gimnastyki	O	45	5	40	40	ZO/E	125	78	62%				5	10	1	0	10	1	0	10	1	0	10	2				1,9	3,1	5	
C.7	Teoria i metodyka lekkoatletyki	O	50	0	50	50	ZO/E	125	73	58%				0	15	1	0	15	1	0	10	1	0	10	2				2,1	2,9	5	
C.8	Teoria i metodyka pływania	O	45	0	45	45	ZO/E	100	53	53%	0	15	1	0	15	1	0	15	2										1,9	2,1	4	
C.9	Teoria i metodyka koszykówki	O	40	0	40	40	ZO	50	8	16%							0	40	2										1,7	0,3	2	
C.10	Teoria i metodyka siatkówki	O	40	0	40	40	ZO	50	8	16%				0	40	2													1,7	0,3	2	
C.11	Teoria i metodyka piłki nożnej	O	40	0	40	40	ZO	50	8	16%										0	40	2							1,7	0,3	2	
C.12	Teoria i metodyka piłki ręcznej	O	40	0	40	40	ZO	50	8	16%	0	40	2																1,7	0,3	2	
C.13	Teoria i metodyka gier zespołowych	O	0	0	0	0	E	50	48	96%										0	0	2							0,1	1,9	2	
C.14	Teoria sportu	O	30	15	15	4	E	75	43	57%													15	15	3				1,3	1,7	3	
C.15	Teoria wychowania fizycznego	O	40	10	30	0	ZO/E	100	58	58%				10	0	1	0	30	3										1,7	2,3	4	
C.16	Wychowanie fizyczne specjalne	O	15	15	0	0	ZO	50	33	66%				15	0	2													0,7	1,3	2	
C.17	Zabawy i gry ruchowe	O	45	0	45	40	ZO	100	53	53%	0	30	2	0	15	2													1,9	2,1	4	
C.18	Zajęcia korekcyjno-kompensacyjne	O	35	10	25	25	ZO	100	63	63%										5	15	2	5	10	2				1,5	2,5	4	
PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA DYDAKTYCZNEGO																																
C.19	Emisja głosu	O	20	5	15	11	ZO	50	28	56%							5	15	2										0,9	1,1	2	
C.20	Metodyka wychowania fizycznego	O	90	30	60	60	ZO/E	250	158	63%							10	15	2	10	15	3	5	15	2	5	15	3	3,7	6,3	10	
C.21	Podstawy dydaktyki	O	40	15	25	0	E	75	33	44%							15	25	3										1,7	1,3	3	
PRZEDMIOTY DO WYBORU																																
C.22	Sport zimowy	W	30	0	30	30	ZO	30	0	0%												0	30	1					1,1	0,0	1	
C.23	Sporty różne	W	15	0	15	30	ZO	25	8	32%															0	15	1		0,7	0,3	1	
C.24	Wychowanie fizyczne	W	60	0	60	60	ZO	0	0	0%	0	15	0	0	15	0	0	15	0	0	15	0							0,0	0,0	0	
C.25	Wykład monograficzny	W	20	20	0	0	ZO	50	28	56%														10	0	1	10	0	1	0,9	1,1	2
D. INNE PRZEDMIOTY OBOWIĄZKOWE - 60 H (12 ECTS)																																
D.1	Egzamin dyplomowy	W	0	0	0	0	E	250	250	100%																0	0	10	0,0	10,0	10	
D.2	Obóz letni	O	60	0	60	60	ZO	60	0	0%				0	60	2													2,0	0,0	2	

Lp.	Przedmiot	D	Wymiar godzin				Forma zał.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształce- nia	Procent samokształce- nia	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			Sem. 5			Sem. 6			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.	Zajęcia prak.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.			10 tyg.			10 tyg.					
											w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
E. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA Z BIOLOGIĄ - 360 H (29 ECTS)																															
E.1	Biologia komórki z histologią	o	40	20	20	20	ZO	75	33	44%										20	20	3							1,7	1,3	3
E.2	Podstawy botaniki i zoologii	o	45	20	25	20	E	100	53	53%													20	25	4				1,9	2,1	4
E.3	Ekologia człowieka z podstawami ochrony środowiska	o	15	0	15	5	ZO	25	8	32%															0	15	1	0,7	0,3	1	
E.4	Dydaktyka i metodologia biologii	o	20	0	20	0	ZO	50	28	56%															0	20	2	0,9	1,1	2	
Specjalizacja instruktorska do wyboru																															
E.5	Teoria i praktyka dyscypliny	w	150	60	90	90	ZO/E	250	98	39%										20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
E.6	Anatomia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
E.7	Psychologia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
E.8	Biochemia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
E.9	Biomechanika sportu	o	10	0	10	5	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
E.10	Fizjologia wysiłku sportowego	o	10	0	10	5	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
E.11	Socjologia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
E.12	Pedagogika sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
E.13	Teoria sportu	o	10	0	10	5	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
E.14	Teoria treningu dyscypliny kierunkowej	o	10	0	10	10	ZO	25	13	52%																0	10	1	0,5	0,5	1
F. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA ZE SPECJALIZACJAMI INSTRUKTORSKIMI - 390 H (29 ECTS)																															
F.1	Teoria i praktyka dyscypliny I	w	150	60	90	90	ZO/E	250	98	39%										20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
F.2	Teoria i praktyka dyscypliny II	w	150	60	90	90	ZO/E	250	98	39%										20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
F.3	Anatomia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
F.4	Psychologia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
F.5	Biochemia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
F.6	Biomechanika sportu	o	10	0	10	5	ZO	25	13	52%										0	10	1							0,5	0,5	1
F.7	Fizjologia wysiłku sportowego	o	10	0	10	5	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
F.8	Socjologia sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
F.9	Pedagogika sportu	o	10	0	10	0	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
F.10	Teoria sportu	o	10	0	10	5	ZO	25	13	52%													0	10	1				0,5	0,5	1
F.11	Teoria treningu dyscypliny kierunkowej	o	10	0	10	10	ZO	25	13	52%																0	10	1	0,5	0,5	1
	Razem (A+B+C+D+E)		1880	485	1395	1052	20E	4115	2183	53%	90	320	30	120	275	29	65	280	29	85	215	26	75	185	24	50	120	26	77	87	164
	Godziny w semestrze (tygodniowo)										410	27		395	26	345	23	300	20	260	17		170	11							

Lp.	Przedmiot	D	Wymiar godzin				Forma zał.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształce- nia	Procent samokształce- nia	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			Sem. 5			Sem. 6			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS						
			Razem	w.	ćw.	Zajęcia prakt.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.			10 tyg.			10 tyg.											
											w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS									
	Razem (A+B+C+D+F)		1910	505	1405	1097	20E	4115	2159	53%	90	320	30	120	275	29	65	280	29	85	225	26	75	190	23	70	115	27	78	86	164						
	Godziny w semestrze (tygodniowo)										410	27		395	26		345	23		310	21		265	18		185	12										
G.1	Praktyka psychologiczno-pedagogiczna	O	30	0	30	30	ZO	30	0	0%									0	30	1								1,0	0,0	1						
G.2	Praktyka wolontariacka	O	60	0	60	60	ZO	60	0	0%				0	30	1	0	30	1										2,0	0,0	2						
G.3	Praktyka dydaktyczna asystencka w szkole podstawowej	O	90	0	90	90	ZO	90	0	0%									0	90	3								3,0	0,0	3						
G.4	Praktyka dydaktyczna w szkole podstawowej	O	120	0	120	120	ZO	150	30	20%												0	60	3	0	60	3	4,8	1,2	6							
Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej z biologią - 90 H (4 ECTS)																																					
G.5	Praktyka śródroczna	o	60	0	60	60	ZO	60	0	0%												0	30	1	0	30	1	2,0	0,0	2							
G.6	Praktyka zawodowa instruktorska	o	30	0	30	30	ZO	50	20	40%												0	30	2				1,2	0,8	2							
Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej ze specjalizacjami instruktorskimi - 60 H (4 ECTS)																																					
G.7	Praktyka zawodowa instruktorska I	o	30	0	30	30	ZO	50	20	40%												0	30	2				1,2	0,8	2							
G.8	Praktyka zawodowa instruktorska II	o	30	0	30	30	ZO	50	20	40%												0	30	2				1,2	0,8	2							
	Razem ECTS		180								30			30			30			30			30			30			91	89	180						
	Razem ECTS		180								30			30			30			30			30			30			91	89	180						
	Godziny razem z praktykami		2270			1442		4555	2233	50%																											

Wskaźniki procentowe:		
	zająć treści podstawowych (nie więcej niż 30%)	27%
	zająć treści kierunkowych (nie mniej niż 40%)	61%
	ECTS do wyboru (nie mniej niż 30%)	31%
	wykładów do ćwiczeń (nie mniej niż 25 %)	35%
	zająć praktycznych	64%

Sumaryczne wskaźniki ilościowe:		
	ECTS za zajęcia kontaktowe	91
	ECTS za zajęcia praktyczne	92
	ECTS za zajęcia humanistyczne i społeczne	26
	ECTS za zajęcia do wyboru	55