

Plan 2-letnich studiów II stopnia magisterskich - profil ogólnoakademicki na kierunku WYCHOWANIE FIZYCZNE studia stacjonarne

obowiązuje od roku akademickiego 2021/22

Lp.	Przedmiot		Wymiar godzin			Forma zał.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształceni a	Procent samokształceni a	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.					
										w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
A.PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO - 190 H (19 ECTS)																								
A.1	Metodologia badań naukowych	O	15	15	0	E	50	33	66%				15	0	2							0,7	1,3	2
A.2	Komunikacja interpersonalna	O	20	10	10	ZO	50	28	56%	10	10	2										0,9	1,1	2
PRZEDMIOTY DO WYBORU																								
A.3	Język obcy (angielski / niemiecki)	W	30	0	30	ZO/E	100	68	68%				0	15	2	0	15	2				1,3	2,7	4
A.4	Sporty walki, fitness	W	15	0	15	ZO	25	8	32%							0	15	1				0,7	0,3	1
A.5	Wykład monograficzny	W	20	20	0	ZO	50	28	56%				10	0	1	10	0	1				0,9	1,1	2
A.6	Zajęcia sportowe i edukacyjne	W	90	0	90	ZO	200	108	54%				0	30	2	0	30	3	0	30	3	3,7	4,3	8
B. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO - 210 H (17 ECTS)																								
B.1	Anatomia	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1
B.2	Antropologia	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1
B.3	Biochemiczna diagnostyka wysiłku sportowego	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1
B.4	Biologiczny rozwój człowieka	O	15	5	10	ZO	25	8	32%	5	10	1										0,7	0,3	1
B.5	Diagnostyka biomechaniczna aktywności ruchowej	O	15	5	10	ZO	25	8	32%	5	10	1										0,7	0,3	1
B.6	Ekologia	O	15	15	0	E	25	8	32%							15	0	1				0,7	0,3	1
B.7	Filozofia sportu	O	15	15	0	ZO	50	33	66%	15	0	2										0,7	1,3	2
B.8	Fizjologiczna diagnostyka wysiłku sportowego	O	15	0	15	ZO	25	8	32%							0	15	1				0,7	0,3	1
B.9	Geropedagogika	O	15	5	10	ZO	25	8	32%							5	10	1				0,7	0,3	1
B.10	Gerokinezyjologia	O	15	5	10	ZO	25	8	32%										5	10	1	0,7	0,3	1
B.11	Metody statystyki matematycznej	O	20	5	15	ZO	50	28	56%				5	15	2							0,9	1,1	2
B.12	Psychologia społeczna	O	25	15	10	ZO	50	23	46%							15	10	2				1,1	0,9	2
B.13	Socjologia kultury fizycznej	O	15	5	10	ZO	50	33	66%	5	10	2										0,7	1,3	2

Lp.	Przedmiot	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			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
		Razem	w.	ćw.	15 tyg.					15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.								
					w.					ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS				
C. PRZEDMIOTY KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO - 530 H (39 ECTS)																								
C.1	Dietetyka	O	30	15	15	ZO	50	18	36%	15	15	2										1,3	0,7	2
C.2	Medycyna sportowa	O	30	30	0	ZO	50	18	36%							30	0	2				1,3	0,7	2
C.3	Interaktywna edukacja zdrowotna	O	15	5	10	ZO	25	8	32%	5	10	1										0,7	0,3	1
C.4	Odnowa biologiczna	O	20	5	15	ZO	50	28	56%				5	15	2							0,9	1,1	2
C.5	Organizacja imprez sportowych	O	15	5	10	ZO	25	8	32%				5	10	1							0,7	0,3	1
C.6	Teoria i metodyka gimnastyki	O	30	0	30	ZO	50	18	36%	0	30	2										1,3	0,7	2
C.7	Teoria i metodyka lekkoatletyki	O	30	0	30	ZO	50	18	36%				0	30	2							1,3	0,7	2
C.8	Formy aktywności w wodzie	O	30	0	30	ZO	50	18	36%							0	30	2				1,3	0,7	2
C.9	Teoria i metodyka piłki ręcznej	O	30	0	30	ZO	50	18	36%				0	30	2							1,3	0,7	2
C.10	Teoria i metodyka piłki siatkowej	O	30	0	30	ZO	50	18	36%	0	30	2										1,3	0,7	2
C.11	Teoria i metodyka piłki nożnej	O	30	0	30	ZO	50	18	36%									0	30	2		1,3	0,7	2
C.12	Teoria i metodyka koszykówki	O	30	0	30	ZO	50	18	36%							0	30	2				1,3	0,7	2
C.13	Teoria treningu	O	40	15	25	E	75	33	44%	15	25	3										1,7	1,3	3
C.14	Turystyka szkolna	O	30	10	20	ZO	50	18	36%	10	20	2										1,3	0,7	2
C.15	Pedagogika specjalna	O	30	15	15	ZO	50	18	36%	15	15	2										1,3	0,7	2
PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA DYDAKTYCZNEGO																								
C.16	Zaawansowana dydaktyka WF	O	50	10	40	E	100	48	48%	5	30	2	5	10	2							2,1	1,9	4
PRZEDMIOTY PRZYGOTOWANIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNEGO																								
C.17	Psychologia kultury fizycznej	O	30	15	15	E	75	43	57%	15	15	3										1,3	1,7	3
C.18	Pedagogika kultury fizycznej	O	30	15	15	E	75	43	57%	15	15	3										1,3	1,7	3
D. MODUŁ DYPLOMOWY - 45 H (16 ECTS)																								
D.1	Seminarium magisterskie	W	45	0	45	ZO	100	53	53%				0	15	1	0	15	1	0	15	2	1,9	2,1	4
D.2	Egzamin magisterski	W	0	0	0	E	300	300	100%									0	0	12	0,0	12,0	12	

Lp.	Przedmiot		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			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.					
										w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
E. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA ZE SPECJALIZACJĄ INSTRUKTORSKĄ I PROMOCJĄ ZDROWIA - 330 H (23 ECTS)																								
E.1	Teoria i praktyka dyscypliny I	o	150	60	90	ZO/E	250	98	39%				20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
E.2	Przedmiot do wyboru	o	30	15	15	ZO	50	18	36%										15	15	2	1,3	0,7	2
PROMOCJA ZDROWIA																								
E.3	Zmiany zachowań zdrowotnych	o	25	10	15	ZO	50	25	50%				10	15	2							1,0	1,0	2
E.4	Zarządzanie stresem	o	20	10	10	ZO	25	5	20%				10	10	1							0,8	0,2	1
E.5	Ekologiczne uwarunkowania zdrowia	o	15	5	10	ZO	25	10	40%										5	10	1	0,6	0,4	1
E.6	Kompendium wiedzy o żywności i żywieniu	o	25	10	15	ZO	50	25	50%							10	15	2				1,0	1,0	2
E.7	Promocja racjonalnego żywienia	o	10	0	10	ZO	25	15	60%							0	10	1				0,4	0,6	1
E.8	Projektowanie programów zdrowotnych	o	25	10	15	E	50	25	50%										10	15	2	1,0	1,0	2
E.9	Psychologia odżywiania	o	15	5	10	ZO	25	10	40%							5	10	1				0,6	0,4	1
E.10	Całozyciowa aktywność fizyczna	o	15	5	10	ZO	25	10	40%				5	10	1							0,6	0,4	1
F. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA Z TRENEREM OSOBISTYM - 330 H (23 ECTS)																								
F.1	Psychologia pracy z klientem	o	20	5	15	ZO	25	3	12%							5	15	1				0,9	0,1	1
F.2	Trening zdrowotny	o	35	5	30	ZO	50	13	26%				5	30	2							1,5	0,5	2
F.3	Żywnienie i suplementacja diety	o	40	15	25	ZO	75	33	44%										15	25	3	1,7	1,3	3
F.4	Odnowa biologiczna	o	15	0	15	ZO	25	8	32%							0	15	1				0,7	0,3	1
F.5	Teoria i praktyka dyscypliny - kulturystyka	o	150	60	90	ZO/E	250	98	39%				20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
F.6	Medyczne podstawy uprawiania sportu	o	20	10	10	ZO	50	28	56%							10	10	2				0,9	1,1	2
F.7	Zagadnienia organizacyjno-prawne w sporcie	o	25	10	15	ZO	50	23	46%										10	15	2	1,1	0,9	2
F.8	Żywnienie i wspomaganie w sporcie	o	25	10	15	ZO	50	23	46%				10	15	2							1,1	0,9	2

Lp.	Przedmiot	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			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
		Razem	w.	ćw.	15 tyg.					15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.								
					w.					ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS				
G. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKO-TRENERSKA - 310 H (22 ECTS)																								
G.1	Dyscyplina kierunkowa do wyboru	w	250	80	170	ZO/E	375	123	33%				30	60	4	30	70	6	20	40	5	10,1	4,9	15
G.2	Żywnienie	o	15	10	5	ZO	50	33	66%				10	5	2							0,7	1,3	2
G.3	Pedagogika sportu	o	10	10	0	ZO	25	13	52%				10	0	1							0,5	0,5	1
G.4	Teoria sportu	o	15	5	10	ZO	50	33	66%										5	10	2	0,7	1,3	2
G.5	Psychologia sportu	o	10	10	0	ZO	25	13	52%							10	0	1				0,5	0,5	1
G.6	Fizjologia sportu	o	10	0	10	ZO	25	13	52%										0	10	1	0,5	0,5	1
H. SPECJALNOŚĆ NAUCZYCIELSKA Z MENEDŻEREM SPORTU - 280 H (21 ECTS)																								
H.1	Teoria i praktyka dyscypliny kierunkowej	w	150	60	90	ZO/E	250	98	39%				20	30	3	20	30	3	20	30	4	6,1	3,9	10
H.2	Prawne aspekty funkcjonowania związków i organizacji sportowych	o	15	5	10	ZO	50	33	66%				5	10	2							0,7	1,3	2
H.3	Zarządzanie związkami i organizacjami sportowymi	o	30	15	15	E	50	18	36%				15	15	2							1,3	0,7	2
H.4	Zarządzanie finansami i sponsoring w sporcie	o	25	10	15	ZO	50	23	46%							10	15	2				1,1	0,9	2
H.5	Planowanie, organizacja i bezpieczeństwo imprez sportowych	o	25	10	15	ZO	50	23	46%							10	15	2				1,1	0,9	2
H.6	Public relations i współpraca z mediami	o	20	5	15	ZO	50	28	56%										5	15	2	0,9	1,1	2
H.7	Coaching i mentoring w pracy menedżera sportu	o	15	5	10	ZO	25	8	32%										5	10	1	0,7	0,3	1
	Razem (A+B+C+D+E) - INS		1305	405	900		2850	1465	51%	135	245	30	105	265	29	110	235	26	55	155	29	55	59	114
	Godziny w semestrze (tygodniowo)									380	25,3	370	25	345	23	210	21							
	Razem (A+B+C+D+F) - TO		1305	390	915		2850	1453	51%	135	245	30	95	275	29	110	240	26	50	155	29	56	58	114
	Godziny w semestrze (tygodniowo)									380	25,3	370	25	350	23,3	205	20,5							
	Razem (A+B+C+D+G) - NT		1285	390	895		2825	1452	51%	135	245	30	110	265	29	115	240	26	30	145	28	55	58	113
	Godziny w semestrze (tygodniowo)									380	25,3	375	25	355	23,7	175	17,5							
	Razem (A+B+C+D+H) - MS		1255	385	870		2800	1455	52%	135	245	30	100	255	29	115	230	26	35	140	27	54	58	112
	Godziny w semestrze (tygodniowo)									380	25,3	355	24	345	23	175	17,5							

* do wyboru: judo/tenis/gimnastyka senioralna /tchoukball/badminton /łyżwiarstwo/aqua aerobik/unihokej i inne proponowane przez dziekana.

Lp.	Przedmiot		Wymiar godzin			Forma zal.	Godziny przy 25-30h=1 ECTS	Liczba godzin samokształce- nia	Procent samokształce- nia	Sem. 1			Sem. 2			Sem. 3			Sem. 4			ECTS godz. bezp.	ECTS godz. sam.	ECTS
			Razem	w.	ćw.					15 tyg.			15 tyg.			15 tyg.			10 tyg.					
										w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS	w.	ćw.	ECTS			
I.1	Praktyka psychologiczno-pedagogiczna	O	30	0	30	ZO	30	0	0%				0	30	1							1,0	0,0	1
I.2	Praktyka w szkole ponadpodstawowej	O	120	0	120	ZO	120	0	0%							0	120	4				4,0	0,0	4
Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej ze specjalizacją instruktorską																								
I.3	Praktyka zawodowa instruktorska	o	30	0	30	ZO	30	0	0%										0	30	1	1,0	0,0	1
Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej z trenerem osobistym																								
I.4	Praktyka zawodowa instruktorska	o	30	0	30	ZO	30	0	0%										0	30	1	1,0	0,0	1
Praktyka dotycząca specjalności nauczycielsko-trenerskiej																								
I.5	Praktyka zawodowa trenerska	o	50	0	50	ZO	50	0	0%										0	50	2	2,0	0,0	2
Praktyka dotycząca specjalności nauczycielskiej z menedżerem sportu																								
I.6	Praktyka menedżerska	o	50	0	50	ZO	50	0	0%										0	50	2	2,0	0,0	2
I.7	Praktyka zawodowa instruktorska	o	30	0	30	ZO	30	0	0%										0	30	1	1,0	0,0	1
	Razem ECTS		120							30			30			30			30			62	58	120
	Godziny razem z praktykami		1485	405	1050		3000	1465	49%															

Proporcje godzinowe:		
	Zajęć treści podstawowych (nie więcej niż 30%)	27%
	Zajęć treści kierunkowych (nie mniej niż 40%)	122%
	Przedmiotów do wyboru	46%
	Wykładów do ćwiczeń (nie mniej niż 35 %)	45%

Sumaryczne wskaźniki ilościowe:		
	ECTS za zajęcia kontaktowe	62
	ECTS za zajęcia zw. z badaniami	79
	ECTS za zajęcia humanistyczne i społeczne	19
	ECTS za zajęcia do wyboru	55