

Plan studiów II stopnia, studia stacjonarne, kierunek - wychowanie fizyczne, specjalność - edukacja zdrowotna

Przedmiot	Ogółem godzin	Wykłady	Ćwiczenia	II stopień studiów 2025/2026																ECTS ogółem
				I rok								II rok								
				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg				
				I sem			ECTS	II sem			ECTS	III sem			ECTS	IV sem			ECTS	
w	ćw	Egz	w	ćw	Egz	w		ćw	Egz	W		ćw	Egz							
Grupa przedmiotów przygotowania ogólnego																				
Biologiczny rozwój człowieka	15	10	5									10	5		2					2
Diagnostyka biomechaniczna aktywności ruchowej	15	5	10									5	10		2					2
Dietetyka	20	10	10									10	10		2					2
Filozofia sportu	15	15														15			1	1
Fizjologiczna diagnostyka wysiłku fizycznego	30	20	10					20	10	E	2									2
Biochemiczna diagnostyka wysiłku fizycznego	15	10	5					10	5		1									1
Komunikacja interpersonalna	10		10										10		1					1
Metodologia badań naukowych	20	5	15	5	15		2													2
Statystyka w badaniach naukowych	20	5	15					5	15		2									2
Socjologia kultury fizycznej	15	15		15			1													1
Grupa przedmiotów przygotowania w zakresie merytorycznym do nauczania przedmiotu wychowanie fizyczne																				
Cyfrowe technologie w aktywności fizycznej	30	15	15									15	15		1					1
Metodyka ćwiczeń siłowych	15		15													15			1	1
Formy aktywności w wodzie	15	5	10									5	10		2					2
Interaktywna edukacja zdrowotna	30	15	15	15	15		2													2
Metodyka zajęć korekcyjno-kompensacyjnych	15	10	5									10	5		2					2
Teoria i metodyka gimnastyki	30		30		15		2		15		1									3
Teoria i metodyka koszykówki	15		15		15		1													1
Teoria i metodyka lekkiej atletyki	40	5	35					5	10		1					25			2	3
Teoria i metodyka piłki nożnej	15		15										15		1					1
Teoria i metodyka piłki ręcznej	15		15													15			1	1
Teoria i metodyka piłki siatkowej	15		15						15		1									1
Teoria i metodyka tenisa	30		30		30		1													1
Teoria edukacji fizycznej	45	20	25	20	25	E	4													4
Teoria treningu	45	20	25	20	25	E	4													4
Wychowanie fizyczne specjalne	25	15	10									15	10		1					1
Zabawy i gry drużynowe	25	5	20					5	20		1									1
Grupa przedmiotów przygotowania w zakresie psychologiczno-pedagogicznym																				
Pedagogika kultury fizycznej	30	15	15					15	15	E	4									4
Psychologia kultury fizycznej	30	15	15	15	15	E	4													4
Grupa przedmiotów przygotowania w zakresie dydaktycznym																				
Zaawansowana dydaktyka wychowania fizycznego	90	30	60					15	30		3	15	30	E	5					8
Grupa przedmiotów dla specjalności: edukacja zdrowotna																				
Edukacja zdrowotna	150	55	95																	
Zmiany zachowań zdrowotnych	25	10	15					10	15		3									3
Zdrowie psychiczne i emocjonalne	20	10	10					10	10		2									2
Ekologiczne uwarunkowania zdrowia	15	5	10													5	10		1	1
Kompendium wiedzy o żywności i żywieniu	25	10	15									10	15		2					2
Całozyciowa aktywność fizyczna	10		10														10		1	1
Profilaktyka uzależnień i programy zdrowotne	25	10	15													10	15	E	2	2
Zdrowie społeczne i relacje	15	5	10									5	10		1					1
Dojrzewanie, zdrowie seksualne i świadome planowanie rodziny	15	5	10					5	10		1									1
Grupa przedmiotów do wyboru																				
Instruktor sportu - zajęcia specjalistyczne*	150	50	100	10	25		1,5	15	25		1,5	10	25		1,5	15	25	E	2,5	7
Zajęcia sportowe i edukacyjne do wyboru	90		90																	
blok I – sem. 2 (2 z 8)	30								30		2									2
Boccia	15		15																	
Elementy integracji sensorycznej w środowisku wodnym	15		15																	
Gimnastyka artystyczna	15		15																	
Gimnastyka senioralna	15		15																	
Goalball	15		15																	
Projektowanie programów treningowych	15		15																	
Taniec	15		15																	
Traumatologia	15		15																	
blok II – sem. 3 (2 z 8)	30												30		2					2
Aktywna rehabilitacja	15		15																	
Fitness	15		15																	
Genetyka sportu	15		15																	
Gimnastyka terenowa	15		15																	
Kulturystyka i trójbój siłowy	15		15																	
Nordic walking	15		15																	
Wrotkarstwo	15		15																	
Pływanie artystyczne	15		15																	
blok III – sem. 4 (2 z 8)	30															30			2	2

Kalistenika	15		15																	
Edukacja olimpijska	15		15																	
Bezpieczna turystyka górską	15		15																	
Hokej na trawie	15		15																	
Medycyna sportu	15		15																	
Metodyka nauczania pływania podstawowego	15		15																	
Trening zdrowotny w praktyce	15		15																	
Tenis stołowy dźwiękowy	15		15																	
Wykłady monograficzne	75	75																		
blok I - sem. 2 (2 z 4)	30	30					30			2									2	
Biologiczne mechanizmy zachowania	15	15																		
Sport w drugiej połowie życia	15	15																		
Przeciwdziałanie agresji	15	15																		
Gerokinezyjologia	15	15																		
blok II - sem. 3 (2 z 4)	30	30									30			2					2	
Biologia procesu starzenia się	15	15																		
Lekkoatletyka: geneza, historia, współczesność	15	15																		
Radzenie sobie w sytuacjach trudnych	15	15																		
Biomechanika sportu	15	15																		
blok III - sem. 4 (1 z 4)	15	15													15			1	1	
Plastyczność układu nerwowego	15	15																		
Korzyści i zagrożenia podejmowania aktywności fizycznej przez osoby niepełnosprawne	15	15																		
Stymulacja psychomotoryczna	15	15																		
Przeciążenia narządu ruchu w wybranych dyscyplinach sportu	15	15																		
Język obcy	30		30			30	E	6											6	
Seminarium magisterskie	45	45							15			1	15			2	15		5	
Egzamin magisterski																		E	9	
Praktyki i obozy																				
Praktyka psychologiczno-pedagogiczna	30		30			30		1											1	
Praktyka dydaktyczna w szkole ponadpodstawowej	120		120						60		2		60		2				4	
Praktyka instruktorska	70		70														70		3	
Razem	1490	490	1000																120	
Przedmiot	Ogółem godzin	Wykłady	Ćwiczenia	II stopień studiów																ECTS ogółem
				I rok								II rok								
				15 tyg				15 tyg				15 tyg				15 tyg				
				I sem			ECTS	II sem			ECTS	III sem			ECTS	IV sem			ECTS	
				w	ćw	Egz		w	ćw	Egz		w	ćw	Egz		W	ćw	Egz		
Obciążenie semestralne / ECTS				100	240	4	29,5	160	285	2	30,5	155	260	1	31,5	75	215	3	28,5	120
Liczba godzin w semestrze				340				445				415				290				
Liczba egzaminów w semestrze				4				2				1				3				
Suma punktów ECTS w roku akademickim				60								60								
Liczba godzin w roku akademickim				785								705								
Razem godzin na II stopniu studiów				1490																
Egzaminy				Psychologia kultury fizycznej	Fizjologiczna diagnostyka wysiłku fizycznego				Zaawansowana dydaktyka wychowania fizycznego				Profilaktyka uzależnień i programy zdrowotne							
				Teoria edukacji fizycznej	Pedagogika kultury fizycznej								Instruktor sportu							
				Teoria treningu									Egzamin magisterski							
				Język obcy																

* wybór specjalizacji instruktorskiej w ramach dyscyplin sportowych:

Piłka nożna, Pływanie, Lekka atletyka, Narciarstwo, Piłka siatkowa, Tenis,

Piłka ręczna, Akrobatyka sportowa, Koszykówka, Fitness, Gimnastyka sportowa, Hokej na trawie, Taniec, Snowboard, Tenis stołowy