

PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W RACIBORZU

KIERUNEK: WYCHOWANIE FIZYCZNE

SPECJALNOŚĆ: ODNOWA BIOLOGICZNA, INSTRUKTORSKO - TREÑERSKA, WF w SZKOLE, TRENER PERSONALNY, KINEZYGERONTOTERAPIA

Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dn.02.11.2011r. w sprawie KRK dla Szkolnictwa Wyższego

Rozporządzenie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dn.17.01.2012r.w sprawie standardów kształcenia przygotowującego do zawodu nauczyciela

Profil Praktyczny

Załącznik nr 1  
do Uchwały nr 53/2016  
z dn. 30.06.2016 r.

PLAN NAUCZANIA 2016  
LATA STUDIÓW: 2019

Studia Stacjonarne																											kod przedmiotu	praca własna			
L.p.	Nazwa przedmiotu/modułu	Forma oceny	Rozkład godzin																												
			Godziny zajęć w tym:					I rok 2016-2017						II rok 2017-2018						III rok 2018-2019											
			Razem	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Semestr 1		Semestr 2		Semestr 3		Semestr 4		Semestr 5		Semestr 6													
					ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.							
<b>Moduły obligatoryjne</b>																															
<b>A - Moduły zajęć z zakresu nauk podstawowych</b>																															
1	Anatomia	zal, zal/o-1-2; E-2	60	30		30	6	3	15		15	3	15	15													13,9	120			
2	Antropologia	zal, zal/o, E-2	30	15		15	3					3	15	15													14,7	60			
3	Biochemia	zal, zal/o, E-4	30	15		15	3											3	15		15						13,6	60			
4	Fizjologia	zal, zal/o, E-3	45	15		30	3						3	15		30											16,1	45			
5	Pedagogika	zal, zal/o, E-2	45	30		15	3					3	30	15													05,1	45			
6	Psychologia	zal/o-1	30	30		0	3	3	30																		05,8	30			
7	Psychologia rozwojowa	zal/o-1	15	0		15	1	1			15																05,8	15			
8	Psychologia społeczna	zal/o-2	15	0		15	1					1		15													05,8	15			
9	Teoria wych. fizycznego	zal, zal/o, E-6	30	15		15	4																	4	15	15	16,1	75			
<b>Razem (A)</b>			<b>300</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>150</b>	<b>27</b>	<b>7</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>60</b>	<b>3</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>3</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>15</b>
<b>B - Moduły zajęć praktycznych kierunkowych</b>																															
10	Antropomotoryka	zal, zal/o-3-4; E-4	75	30		45	6						3	15		15	3	15		30							16,1	75			
11	Biomechanika	zal, zal/o, E-3	30	15		15	3						3	15		15											13,9	60			
12	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	zal/o-5	30	0		30	2												2			30					16,1	5			
13	Dydaktyka ogólna	zal, zal/o, E-2	30	15		15	3					3	15	15													05,1	60			
14	Edukacja zdrowotna	zal, zal/o, E-3	30	15		15	3					3	15		15												05,1	15			
15	Emisja głosu	zal/o-2	15	0		15	2					2		15													03,2	15			
16	Historia kultury fizycznej	zal/o, E-3	15	15		0	1						1	15													08,3	15			
17	Metodyka wych. fizycznego	zal-3-4; zal/o-2-4; E-	120	45		75	10						15	4	30		30	4	15		30						05,1	120			
18	Organizacja i prawo w oświacie	zal/o-6	30	30		0	2																2	30			10,6	30			
19	Pierwsza pomoc przedmedyczna	zal, zal/o-4	30	15		15	2										2	15		15							12,9	30			
20	Rytmika i taniec	zal/o-1	30	0		30	3	3		30																	16,1	30			
21	Teoria i metodyka sportów indywidualnych	E-4	0	0		0	0																				16,1	0			
22	Gimnastyka szkolna	zal/o-1-4	90	0		90	6	2		30	2		30	1		15	1			15							16,1	150			
23	Lekkoatletyka	zal/o-1-4	90	0		90	6	2		30	2		30	1		15	1			15							16,1	150			
24	Pływanie w szkole	zal/o-1-3	90	0		90	6	2		30	2		30	2		30											16,1	60			
25	Pływanie i podstawy ratownictwa	zal/o-4	15	0		15	1										1			15							16,1	90			
26	Teoria i metodyka sportów zespołowych	zal/o, E-6	15	15		0	2																2	15			16,1	45			
27	Koszykówka	zal/o-2-3	45	0		45	4						3		30	1			15								16,1	60			
28	Piłka nożna	zal/o-3-4	45	0		45	4						3		30	1			15								16,1	60			
29	Piłka ręczna	zal/o-4-5	45	0		45	4										3		30	1			15				16,1	60			
30	Piłka siatkowa	zal/o-1-2	45	0		45	4	3		30	1		15														16,1	60			
31	Przedmiot do wyboru:Dyscyplina sportu do wyboru	zal/o-3	15	0		15	1						1		15												16,1	0			
32	Zabawy i gry ruchowe	zal/o-2	15	0		15	1					1		15													16,1	60			
33	Teoria sportu	zal, zal/o, E-4	30	15		15	3										3	15		15							16,1	60			
34	Obóz sportowy	zal/o	56	0		56	2																								
<b>Razem (B)</b>			<b>1031</b>	<b>210</b>	<b>0</b>	<b>821</b>	<b>81</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>150</b>	<b>18</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>195</b>	<b>23</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>195</b>	<b>21</b>	<b>60</b>	<b>0</b>	<b>236</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>45</b>	<b>4</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

C - Moduły zajęć ogólnouczeniowych (uzupełniających - Inne przedmioty i zajęcia)																																	
L.p.	Nazwa przedmiotu	Forma oceny	Godziny zajęć w tym:					Rozkład godzin																		kod przedmiotu	praca własna						
								I rok 2016-2017						II rok 2017-2018						III rok 2018-2019													
			Semestr 1		Semestr 2		Semestr 3		Semestr 4		Semestr 5		Semestr 6		Semestr 1		Semestr 2		Semestr 3		Semestr 4		Semestr 5		Semestr 6								
			Razem	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.			Konw.	Ćwicz.				
35	Biologia człowieka	zal, zal/o-1	30	15		15	3	3	15	15																13,1	60						
36	Przedmiot do wyboru: Wybrane elementy kultury języka	zal/o-4	30	30		2								2	30												14,2	5					
37	Przedmiot do wyboru: Metodologia badań naukowych																																
38	Filozofia	zal/o-1	30	30		2	2	30																				14,2	5				
39	Język obcy (j.ang., j.niem.)	Zal/o-1-4; E-4	120			120	8	2		30	2			30	2			30	2										08,1	30			
40	Technologia informacyjna	zal/o-1	30			30	2	2		30																			09,1	120			
41	Podstawy komunikacji społecznej i pedagogicznej	zal/o-1	15			15	1	1		15																			11,3	30			
42	Higiena	zal/o-1	15			15	1	1		15																			05,9	15			
43	Podstawy edukacji wczesnoszkolnej	zal/o-4	15			15	1							1															16,1	15			
44	Seminarium dyplomowe	zal/o-4-6	30			30	11							1				10	3										05,1	15			
45	Ochrona własności intelektualnej - wykład monograficzny	zal-4	3	3																3									16,1	360			
46	Przysposobienie biblioteczne	zal-1	1			1				1																			10,9	0			
47	Szkolenie BHP z elementami ergonomii	zal-1	4	4						4																			15,4	0			
	Razem ( C )		323	82		241	31	11	49	0	106	2	0	0	30	2	0	0	30	6	33	0	55	3	0	0	10	7	0	0	10	16,9	0
	RAZEM (A + B + C)		1654	442	0	1212	139	30	94	0	286	30	75	0	285	28	105	0	255	30	108	0	306	6	0	0	55	15	60	0	25		

X - Moduły zajęć do wyboru z zakresu specjalności																																		
L.p.	Nazwa przedmiotu	Forma oceny	Godziny zajęć w tym:					Rozkład godzin																		kod przedmiotu	praca własna							
								I rok 2016-2017						II rok 2017-2018						III rok 2018-2019														
			Semestr 1		Semestr 2		Semestr 3		Semestr 4		Semestr 5		Semestr 6		Semestr 1		Semestr 2		Semestr 3		Semestr 4		Semestr 5		Semestr 6									
			Razem	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.			Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	
<b>X - Odnowa biologiczna</b>																																		
1	Fizjoterapia w odnowie biologicznej (z balneoterapią)	zal, zal/o, E-5	60	15		45	4																											
2	Masaż klasyczny	zal, zal/o, E-5	75	15		60	6																											
3	Masaż sportowy	zal, zal/o, E-6	75	15		60	6																											
4	Odnowa biologiczna w sporcie i rekreacji	zal, zal/o, E-5	60	15		45	4																											
5	Traumatologia sportu	zal, zal/o-5	30	15		15	2																											
6	Żywność sportowca	zal, zal/o-5	30	15		15	2																											
7	Trening funkcjonalny w sporcie i rehabilitacji	zal, zal/o-6	30	15		15	2																											
8	Anatomia palpacyjna	zal, zal/o-6	45	15		30	3																											
	RAZEM (O)		405	120		285	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	RAZEM (A + B + C + O)		2059	562	0	1497	168	30	94	0	286	30	75	0	285	28	105	0	255	30	108	0	306	24	75	0	235	26	105	0	130			



X - Moduły zajęć do wyboru z zakresu specjalności																										kod przedmiotu	praca własna										
L.p.	Nazwa przedmiotu	Forma oceny	Godziny zajęć w tym:					Rozkład godzin																													
								I rok 2016-2017						II rok 2017-2018						III rok 2018-2019																	
			Razem	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Semestr 1	Semestr 2	Semestr 3	Semestr 4	Semestr 5	Semestr 6	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykt.	Konw.	Ćwicz.												
<b>X - TRENER PERSONALNY</b>																																					
1	Fizjologia wysiłku fizycznego w treningu sportowym	zal, zal/o, E-5	30	15		15	3																				16,1	60									
2	Zarządzanie i marketing w sporcie - podstawy biznesu w fitnessie, identyfikacja celów i potrzeb klienta	zal/o-6	15	15		0	1																		1	15			16,1	15							
3	Diagnostyka funkcjonalna	zal, zal/o, E-5	30	15		15	3																						16,1	30							
4	Teoria treningu sportowego w treningu personalnym w tym:	zal/o, E-5	15	15		0	3																							16,1	30						
5	Projektowanie, rodzaje, realizacja i kontrola treningu sportowego	zal/o-5	15			15																								16,1							
6	Biologiczne aspekty treningu	zal/o-5	10			10																								16,1							
7	Metody i środki treningowe	zal/o-5	10			10																								16,1							
8	Współczesne trendy w treningu motorycznym	zal/o-5	10			10																								16,1							
9	Wykłady monograficzne	zal/o-5-6	30	30			2																							16,1	30						
10	Teoretyczne podstawy treningu personalnego	zal-5; zal/o, E-6	30	15		15	2																							16,1	30						
11	Trening personalny:	E-6	90			90	6																							16,1	90						
12	Trening funkcjonalny	zal/o-5-6				30	2																							16,1							
13	CrossFitt	zal/o-5-6				30	2																							16,1							
14	MedicalFitt	zal/o-5-6				30	2																							16,1							
15	Techniki relaksacji	zal/o-5	15			15	1																							16,1	15						
16	Odnowa biologiczna w sporcie i rekreacji	zal-5; zal/o-5-6; E-6	60	15		45	5																							16,1	60						
17	Zywność sportowca - dieta, suplementacja i poradnictwo żywieniowe	zal, zal/o, E-6	30	15		15	2																							16,1	30						
18	Sport ludzi III wieku; Formy aktywizacji ruchowej osób starszych	zal/o-6	15			15	1																							16,1	15						
<b>RAZEM (TP)</b>			<b>405</b>	<b>135</b>	<b>0</b>	<b>270</b>	<b>29</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>150</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>120</b>
<b>RAZEM (A + B + C+ TP)</b>			<b>2059</b>	<b>577</b>	<b>0</b>	<b>1482</b>	<b>168</b>	<b>30</b>	<b>94</b>	<b>0</b>	<b>286</b>	<b>30</b>	<b>75</b>	<b>0</b>	<b>285</b>	<b>28</b>	<b>105</b>	<b>0</b>	<b>255</b>	<b>30</b>	<b>108</b>	<b>0</b>	<b>306</b>	<b>24</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>205</b>	<b>26</b>	<b>105</b>	<b>0</b>	<b>145</b>						

X - Moduły zajęć do wyboru z zakresu specjalności																										kod przedmiotu	praca własna												
L.p.	Nazwa przedmiotu	Forma oceny	Godziny zajęć w tym:		Rozkład godzin																																		
					I rok 2016-2017												II rok 2017-2018						III rok 2018-2019																
			Razem	Wykł.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Semestr 1			Semestr 2			Semestr 3			Semestr 4			Semestr 5			Semestr 6																
					ECTS	Wykł.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykł.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykł.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykł.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykł.	Konw.	Ćwicz.	ECTS	Wykł.	Konw.	Ćwicz.											
<b>X - KINEZYGERONTOTERAPIA</b>																																							
1	Fizjologia wysiłku fizycznego w treningu sportowym	zal, zal/o, E-5	30	15		15	3																							16,1	60								
2	Zarządzanie i marketing w sporcie - podstawy biznesu w fitnessie, identyfikacja celów i potrzeb klienta	zal/o-6	15	15			1																								16,1	15							
3	Diagnostyka funkcjonalna	zal, zal/o, E-5	30	15		15	3																								16,1	30							
4	Teoria treningu sportowego w treningu personalnym w tym:	zal/o, E-5	15	15			3																									16,1	30						
5	Projektowanie, rodzaje, realizacja i kontrola treningu sportowego	zal/o-5	15			15																										16,1							
6	Biologiczne aspekty treningu	zal/o-5	10			10																										16,1							
7	Metody i środki treningowe	zal/o-5	10			10																										16,1							
8	Współczesne trendy w treningu motorycznym	zal/o-5	10			10																										16,1							
9	Wykłady monograficzne	zal/o-5	15	15			1																									16,1	15						
10	Teoretyczne podstawy treningu personalnego	zal-5; zal/o, E-6	30	15		15	2																									16,1	30						
11	Trening personalny:	E-6	90			90	6																									16,1	90						
12	Trening funkcjonalny	zal/o-5-6				30	2																									16,1							
13	CrossFitt	zal/o-5-6				30	2																									16,1							
14	MedicalFitt	zal/o-5-6				30	2																									16,1							
15	Techniki relaksacji	zal/o-5	15			15	1																									16,1	15						
16	Odnowa biologiczna w sporcie i rekreacji	zal-5; zal/o-5-6; E-6	60	15		45	5																									16,1	60						
17	Zywność sportowca - dieta, suplementacja i poradnictwo żywieniowe	zal/o-6	15	15			1																									16,1	15						
18	Sport ludzi III wieku, Formy aktywizacji ruchowej osób starszych	zal/o-6	15			15	1																									16,1	15						
19	Geragogika, Humanistyczne podstawy rekreacji	zal, E-6	15	15			2																									05,1	15						
20	Podstawy gerontologii	zal/o-6	5			5																										08,0							
21	Społeczne i socjologiczne uwarunkowania rekreacji ruchowej osób starszych	zal/o-6	5			5																										10	16,2						
22	Kinezygerontoprofilaktyka, metodyka rekreacji ruchowej dla osób starszych	zal/o-6	5			5																										10	16,2						
RAZEM (K)			405	135	0	270	29	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	90	0	150	11	45	0	135
RAZEM (A + B + C + K)			2059	577	0	1482	168	30	94	0	286	30	75	0	285	28	105	0	255	30	108	0	306	24	90	0	205	26	105	0	160								

	PRAKTYKI:	Termin zal.	Godzi	rygor	ECTS
1	Asystencka w szkole podstawowej lub w gimnazjum	Po I roku 2 tyg. września zal. w sem III	40	zal/o	2
2	Ciągła w szkole podstawowej	Po II roku Wrzesień/Paździenik zal. w sem.V	40	zal/o	3
3	Śródroczna w szkole podstawowej	Sem.V	40	zal/o	3
4	Praktyka specjalizacyjna	zal w Sem. VI	60	zal/o	3
5	Śródroczna w gimnazjum	zal w sem. VI	40	zal/o	1
RAZEM:			220	0	12