

PWSZ w Nysie

psychofizyczne kształtowanie człowieka – studia stacjonarne I stopnia,
profil praktyczny, w systemie ECTS

specjalność: *trener osobisty*

Rok I, semestr I (zimowy)

| Lp. | Nazwa przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Forma zaliczenia* | Przedmiot obowiązkowy do zaliczenia semestru | Punkty ECTS |
|---|-----------------------------------|----------------------|---------------|-------------------|--|-------------|
| A. Przedmioty kształcenia ogólnego | | | | | | |
| 1. | Etykieta w życiu publicznym | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 1 |
| 1. | Język obcy | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | nie | 1 |
| 2. | Technologia informacyjna | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 2 |
| 3. | Technologia informacyjna | ćwiczenia praktyczne | 15 | Zaliczenie | | |
| B. Przedmioty podstawowe | | | | | | |
| 4. | Elementy anatomii człowieka | wykład | 30 | egzamin | tak | 6 |
| 5. | Elementy anatomii człowieka | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| 6. | Fizjologia | wykład | 30 | egzamin | tak | 6 |
| 7. | Fizjologia | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| 8. | Psychologia ogólna | wykład | 30 | zaliczenie | tak | 4 |
| 9. | Psychologia ogólna | ćwiczenia | 30 | zaliczenie | | |
| C. Przedmioty kierunkowe | | | | | | |
| 10. | Psychologia aktywności fizycznej | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 2 |
| 11. | Psychologia aktywności fizycznej | ćwiczenia | 15 | zaliczenie | | |
| 12. | Fitness | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 2 |
| 13. | Fitness | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 14. | Trening wytrzymałościowy i siłowy | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 4 |
| 15. | Trening wytrzymałościowy i siłowy | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| Razem: 28 punktów ECTS | | | | | | |

Objaśnienia:

* - wszystkie formy zaliczeń kończą się wystawieniem oceny

Rok I, semestr II (letni)

| Lp. | Nazwa przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Forma zaliczenia* | Przedmiot obowiązkowy do zaliczenia semestru | Punkty ECTS |
|---|---|----------------------|---------------|-------------------|--|-------------|
| A. Przedmioty kształcenia ogólnego | | | | | | |
| 1. | Język obcy | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | nie | 1 |
| B. Przedmioty podstawowe | | | | | | |
| 2. | Organizacja i marketing sportu i rekreacji | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 1 |
| 3. | Elementy prawa i ochrona własności intelektualnej | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 1 |
| 4. | Biochemia | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 2 |
| 5. | Biochemia | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 6. | Fizjologia wysiłku fizycznego | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 2 |
| 7. | Fizjologia wysiłku fizycznego | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 8. | Psychologia ogólna | wykład | 30 | egzamin | nie | 3 |
| 9. | Psychologia ogólna | ćwiczenia | 30 | zaliczenie | | |
| 10. | Antropomotoryka | wykład | 15 | egzamin | nie | 4 |
| 11. | Antropomotoryka | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| C. Przedmioty kierunkowe | | | | | | |
| 12. | Psychologia aktywności fizycznej | ćwiczenia | 15 | zaliczenie | nie | 1 |
| 13. | Teoria i metodyka aktywności fizycznej | wykład | 30 | egzamin | tak | 4 |
| 14. | Teoria i metodyka aktywności fizycznej | ćwiczenia | 30 | zaliczenie | | |
| | Odnowa biologiczna | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | tak | 2 |
| 15. | Fitness | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | tak | 2 |
| | Trening wytrzymałościowy i siłowy | ćwiczenia praktyczne | 30 | egzamin | tak | 2 |
| 16. | Praktyki zawodowe | | 260 | zaliczenie | tak | 6 |
| Razem: 31 punktów ECTS | | | | | | |

Objaśnienia:

* - wszystkie formy zaliczeń kończą się wystawieniem oceny

Rok II, semestr III (zimowy)

| Lp. | Nazwa przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Forma zaliczenia* | Przedmiot obowiązkowy do zaliczenia semestru | Punkty ECTS |
|---|---|----------------------|---------------|-------------------|--|-------------|
| A. Przedmioty kształcenia ogólnego | | | | | | |
| 1. | Ergonomia i pierwsza pomoc | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 2 |
| 2. | Ergonomia i pierwsza pomoc | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 3. | Język obcy | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | nie | 1 |
| B. Przedmioty podstawowe | | | | | | |
| 4. | Elementy prawa i ochrona własności intelektualnej | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 1 |
| C. Przedmioty kierunkowe | | | | | | |
| 5. | Psychologia społeczna | wykład | 30 | zaliczenie | tak | 3 |
| 6. | Psychologia społeczna | ćwiczenia | 15 | zaliczenie | | |
| 7. | Psychologia stresu i jakości życia | wykład | 30 | egzamin | nie | 5 |
| 8. | Psychologia stresu i jakości życia | ćwiczenia | 30 | zaliczenie | | |
| 9. | Żywność człowieka | wykład | 30 | zaliczenie | tak | 4 |
| 10. | Żywność człowieka | ćwiczenia | 30 | zaliczenie | | |
| 11. | Podstawy żywienia różnych grup ludności | wykład | 45 | zaliczenie | nie | 5 |
| 12. | Podstawy żywienia różnych grup ludności | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| 14. | Fitness | ćwiczenia praktyczne | 30 | egzamin | nie | 3 |
| 15. | Trening funkcjonalny | wykład | 15 | egzamin | nie | 5 |
| 16. | Trening funkcjonalny | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| Razem: 29 punktów ECTS | | | | | | |

Objaśnienia:

* - wszystkie formy zaliczeń kończą się wystawieniem oceny

Rok II, semestr IV (letni)

| Lp. | Nazwa przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Forma zaliczenia* | Przedmiot obowiązkowy do zaliczenia semestru | Punkty ECTS |
|--|--|----------------------|---------------|-------------------|--|-------------|
| A. Przedmioty kształcenia ogólnego | | | | | | |
| 1. | Etyka | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 1 |
| 2. | Język obcy | ćwiczenia praktyczne | 30 | egzamin | nie | 2 |
| B. Przedmioty podstawowe | | | | | | |
| 3. | Biochemia żywności | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 2 |
| 4. | Biochemia żywności | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| C. Przedmioty kierunkowe | | | | | | |
| 5. | Psychologia społeczna | wykład | 15 | egzamin | nie | 2 |
| 6. | Psychologia społeczna | ćwiczenia | 15 | zaliczenie | | |
| 7. | Gerontopsychologia | wykład | 30 | zaliczenie | nie | 4 |
| 8. | Gerontopsychologia | ćwiczenia | 30 | zaliczenie | | |
| 9. | Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości | wykład | 15 | zaliczenie | nie | 2 |
| 10. | Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości | ćwiczenia | 15 | zaliczenie | | |
| 11. | Technologia żywienia i towaroznawstwo | wykład | 30 | zaliczenie | tak | 2 |
| 12. | Żywnienie człowieka | wykład | 30 | egzamin | nie | 4 |
| 13. | Żywnienie człowieka | ćwiczenia | 30 | zaliczenie | | |
| 14. | Podstawy żywienia różnych grup ludności | ćwiczenia praktyczne | 45 | zaliczenie | nie | 3 |
| D. Przedmioty specjalizacyjne i specjalnościowe | | | | | | |
| 15. | Indywidualne programy treningowe | wykład | 30 | egzamin | nie | 3 |
| 16. | Indywidualne programy treningowe | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 17. | Praktyki zawodowe | | 260 | zaliczenie | tak | 6 |
| Razem: 31 punktów ECTS | | | | | | |

Objaśnienia:

* - wszystkie formy zaliczeń kończą się wystawieniem oceny

Rok III, semestr V (zimowy)

| Lp. | Nazwa przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Forma zaliczenia* | Przedmiot obowiązkowy do zaliczenia semestru | Punkty ECTS |
|--|--|----------------------|---------------|-------------------|--|-------------|
| C. Przedmioty kierunkowe | | | | | | |
| 2. | Podstawy przedsiębiorczości i zasady prowadzenia działalności gospodarczej | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | tak | 2 |
| 2. | Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości | wykład | 15 | egzamin | tak | 3 |
| 3. | Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości | ćwiczenia | 15 | zaliczenie | | |
| 4. | Technologia żywienia i towaroznawstwo | wykład | 30 | egzamin | tak | 5 |
| 5. | Technologia żywienia i towaroznawstwo | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| D. Przedmioty specjalizacyjne i specjalnościowe | | | | | | |
| 6. | Trening kobiet i seniorów | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 3 |
| 7. | Trening kobiet i seniorów | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| 8. | Indywidualne programy treningowe | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | tak | 2 |
| 9. | Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 2 |
| 10. | Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 11. | Żywnienie a zdolność do wysiłku | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 3 |
| 12. | Żywnienie a zdolność do wysiłku | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 13. | Suplementacja w sporcie | wykład | 30 | egzamin | tak | 6 |
| 14. | Suplementacja w sporcie | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | | |
| 15. | Seminarium dyplomowe | seminarium | 15 | zaliczenie | tak | 3 |
| Razem: 29 punktów ECTS | | | | | | |

Objaśnienia:

* - wszystkie formy zaliczeń kończą się wystawieniem oceny

Rok III, semestr VI (letni)

| Lp. | Nazwa przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Forma zaliczenia* | Przedmiot obowiązkowy do zaliczenia semestru | Punkty ECTS |
|--|---|----------------------|---------------|-------------------|--|-------------|
| D. Przedmioty specjalizacyjne i specjalnościowe | | | | | | |
| 1. | Trening kobiet i seniorów | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 4 |
| 2. | Trening kobiet i seniorów | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| 3. | Indywidualne programy treningowe | ćwiczenia praktyczne | 15 | zaliczenie | tak | 3 |
| 4. | Prakseologia treningu | wykład | 30 | egzamin | tak | 7 |
| 5. | Prakseologia treningu | ćwiczenia praktyczne | 45 | zaliczenie | | |
| 6. | Fit-atletyka | wykład | 30 | egzamin | tak | 8 |
| 7. | Fit-atletyka | ćwiczenia praktyczne | 60 | zaliczenie | | |
| 8. | Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 3 |
| 9. | Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka | ćwiczenia praktyczne | 30 | zaliczenie | | |
| 10. | Żywnienie a zdolność do wysiłku | wykład | 15 | zaliczenie | tak | 1 |
| 11. | Seminarium dyplomowe | seminarium | 30 | zaliczenie | tak | 5 |
| Razem: 31 punktów ECTS | | | | | | |

Objaśnienia:

* - wszystkie formy zaliczeń kończą się wystawieniem oceny