

**PWSZ w Nysie 2018/2019**

*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
<b>A. Przedmioty kształcenia ogólnego</b>						
1.	Etykieta w życiu publicznym	wykład	15	zaliczenie	nie	1
2.	Język obcy	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	tak	1
3.	Technologia informacyjna	wykład	15	zaliczenie	nie	2
4.	Technologia informacyjna	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
<b>B. Przedmioty podstawowe</b>						
5.	Elementy anatomii człowieka	wykład	30	<b>egzamin</b>	tak	6
6.	Elementy anatomii człowieka	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
7.	Fizjologia	wykład	30	<b>egzamin</b>	tak	6
8.	Fizjologia	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
9.	Psychologia ogólna	wykład	30	zaliczenie	tak	4
10.	Psychologia ogólna	ćwiczenia	30	zaliczenie		
<b>C. Przedmioty kierunkowe</b>						
11.	Żywność człowieka	wykład	30	zaliczenie	tak	2
12.	Żywność człowieka	ćwiczenia	30	zaliczenie	tak	
13.	Fitness	wykład	15	zaliczenie	tak	2
14.	Fitness	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
15.	Trening wytrzymałościowy i siłowy	wykład	15	zaliczenie	tak	3
16.	Trening wytrzymałościowy i siłowy	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
<b>Razem: 27 punktów ECTS</b>						

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
<b>A. Przedmioty kształcenia ogólnego</b>						
1.	Język obcy	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	tak	1
<b>B. Przedmioty podstawowe</b>						
2.	Organizacja i marketing sportu i rekreacji	wykład	15	zaliczenie	tak	1
3.	Elementy prawa i ochrona własności intelektualnej	wykład	15	zaliczenie	nie	1
4.	Biochemia	wykład	15	zaliczenie	tak	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	<b>egzamin</b>	tak	4
9.	Psychologia ogólna	ćwiczenia	30	zaliczenie		
10.	Antropomotoryka	wykład	15	<b>egzamin</b>	tak	4
11.	Antropomotoryka	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
<b>C. Przedmioty kierunkowe</b>						
12.	Żywnienie człowieka	wykład	30	<b>egzamin</b>	tak	4
13.	Żywnienie człowieka	ćwiczenia	30	zaliczenie		
14.	Teoria i metodyka aktywności fizycznej	wykład	15	zaliczenie	tak	2
15.	Teoria i metodyka aktywności fizycznej	ćwiczenia	15	zaliczenie		
16.	Odnowa biologiczna	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	nie	2
17.	Fitness	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	tak	2
18.	Trening wytrzymałościowy i siłowy	ćwiczenia praktyczne	30	<b>egzamin</b>	tak	2
19.	Praktyki zawodowe		260	zaliczenie	tak	6
<b>Razem: 33 punktów ECTS</b>						

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
<b>A. Przedmioty kształcenia ogólnego</b>						
1.	Ergonomia i pierwsza pomoc	wykład	15	zaliczenie	tak	2
2.	Ergonomia i pierwsza pomoc	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
3.	Język obcy	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	tak	1
<b>B. Przedmioty podstawowe</b>						
4.	Elementy prawa i ochrona własności intelektualnej	wykład	15	zaliczenie	tak	1
<b>C. Przedmioty kierunkowe</b>						
5.	Psychologia społeczna	wykład	30	zaliczenie	nie	3
6.	Psychologia społeczna	ćwiczenia	15	zaliczenie		
7.	Psychologia stresu i jakości życia	wykład	30	<b>egzamin</b>	tak	4
8.	Psychologia stresu i jakości życia	ćwiczenia	30	zaliczenie		
9.	Psychologia aktywności fizycznej	wykład	15	zaliczenie	nie	2
10.	Psychologia aktywności fizycznej	ćwiczenia	15	zaliczenie		
11.	Gerontopsychologia	wykład	15	zaliczenie	tak	2
12.	Gerontopsychologia	ćwiczenia	15	zaliczenie		
13.	Podstawy żywienia różnych grup ludności	wykład	30	zaliczenie	nie	5
14.	Podstawy żywienia różnych grup ludności	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
15.	Odnowa biologiczna	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie	tak	1
16.	Fitness	ćwiczenia praktyczne	30	<b>egzamin</b>	tak	3
17.	Sporty halowe	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie	nie	2
18.	Trening funkcjonalny	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	tak	2
<b>Razem: 28 punktów ECTS</b>						

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
<b>A. Przedmioty kształcenia ogólnego</b>						
1.	Etyka	wykład	15	zaliczenie	nie	1
2.	Język obcy	ćwiczenia praktyczne	30	<b>egzamin</b>	tak	2
<b>B. Przedmioty podstawowe</b>						
3.	Biochemia żywności	wykład	15	zaliczenie	tak	2
4.	Biochemia żywności	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
<b>C. Przedmioty kierunkowe</b>						
5.	Psychologia społeczna	wykład	15	<b>egzamin</b>	tak	3
6.	Psychologia społeczna	ćwiczenia	15	zaliczenie		
7.	Psychologia aktywności fizycznej	ćwiczenia	15	zaliczenie	nie	1
8.	Gerontopsychologia	wykład	15	zaliczenie	tak	2
9.	Gerontopsychologia	ćwiczenia	15	zaliczenie		
10.	Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości	wykład	15	zaliczenie	nie	2
11.	Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości	ćwiczenia	15	zaliczenie		
12.	Technologia żywienia i towaroznawstwo	wykład	15	zaliczenie	nie	2
13.	Technologia żywienia i towaroznawstwo	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
14.	Podstawy żywienia różnych grup ludności	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	tak	2
15.	Techniki relaksacyjne z elementami jogi	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie	nie	2
16.	Sporty halowe	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie	tak	2
17.	Trening funkcjonalny	ćwiczenia praktyczne	45	<b>egzamin</b>	tak	5
18.	Praktyki zawodowe		260	zaliczenie	tak	6
<b>Razem: 32 punktów ECTS</b>						

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
<b>C. Przedmioty kierunkowe</b>						
1.	Podstawy przedsiębiorczości i zasady prowadzenia działalności gospodarczej	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie	tak	2
2.	Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości	wykład	15	<b>egzamin</b>	tak	3
3.	Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości	ćwiczenia	15	zaliczenie		
4.	Technologia żywienia i towaroznawstwo	wykład	15	<b>egzamin</b>	tak	6
5.	Technologia żywienia i towaroznawstwo	ćwiczenia praktyczne	45	zaliczenie		
<b>D. Przedmioty specjalizacyjne i specjalnościowe</b>						
6.	Trening zdrowotny	wykład	15	zaliczenie	nie	4
7.	Trening zdrowotny	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
8.	Indywidualne programy treningowe	wykład	15	zaliczenie	tak	3
9.	Indywidualne programy treningowe	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
11.	Fit-atletyka	ćwiczenia praktyczne	45	zaliczenie	nie	3
12.	Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka	wykład	15	zaliczenie	tak	2
13.	Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
14.	Żywnienie a zdolność do wysiłku	wykład	15	zaliczenie	tak	2
15.	Żywnienie a zdolność do wysiłku	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
16.	Suplementacja w sporcie	wykład	30	<b>egzamin</b>	tak	5
17.	Suplementacja w sporcie	ćwiczenia praktyczne	15	zaliczenie		
18.	Seminarium dyplomowe	seminarium	15	zaliczenie	tak	3
<b>Razem: 33 punktów ECTS</b>						

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
<b>D. Przedmioty specjalizacyjne i specjalnościowe</b>						
1.	Trening zdrowotny	wykład	15	zaliczenie	tak	4
2.	Trening zdrowotny	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
3.	Indywidualne programy treningowe	ćwiczenia praktyczne	15	<b>egzamin</b>	tak	2
4.	Prakseologia treningu	wykład	15	<b>egzamin</b>	tak	7
5.	Prakseologia treningu	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
7.	Fit-atletyka	ćwiczenia praktyczne	45	zaliczenie	tak	5
8.	Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka	wykład	15	zaliczenie	tak	3
9.	Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka	ćwiczenia praktyczne	30	zaliczenie		
10.	Żywność a zdolność do wysiłku	wykład	15	zaliczenie	tak	1
11.	Seminarium dyplomowe	seminarium	15	zaliczenie	tak	5
<b>Razem: 27 punktów ECTS</b>						

Objaśnienia:

\* - wszystkie formy zaliczeń kończą się wystawieniem oceny