

Zatwierdzono na Radzie Wydziału dn.
08.06.2026

**Obowiązujący
od roku akademickiego 2026/2027
dla I roku studiów**

Rozkład godzin																													
Lp.	Przedmiot	kod	forma zal. po semestrze			I rok										II rok										Razem godz. (kontaktowe)	Całkowity nakład pracy studenta	Razem ECTS	
						1 semestr					2 semestr					3 semestr					4 semestr								
			E	ZO	Z	I	II	III	IV	V	ECTS	I	II	IV	V	ECTS	I	II	IV	V	ECTS	I	II	IV	V				ECTS
1. PRZEDMIOTY (ZAJĘCIA) KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																													
1	Język obcy	0114.4.WF2.A1.JO	4	3,4													15		10	1		15		35	2	30	75	3	
2	Przedmioty (zajęcia) z dziedziny nauk humanistycznych i społecznych**																								0	0	0		
	Etyka	0114.4.WF2.A2.E		1		15				35	2															15	50	2	
	Podstawy ekonomii i marketingu	0114.4.WF2.A2.PEiM		1		15				35	2															15	50	2	
	Filozoficzne systemy w edukacji	0114.4.WF2.A2.FSwE		1		10				15	1															10	25	1	
3	Przedmioty (zajęcia) w zakresie wsparcia studentów w procesie uczenia się:			2								15		10	1											15	25	1	
	Coaching - narzędzie rozwoju osobistego i zawodowego	0114.4.WF2.A3.CjNROiZ																								0	0	0	
	Higiena psychiczna	0114.4.WF2.A3.HP																								0	0	0	
	Relaksacja	0114.4.WF2.A3.R																								0	0	0	
4	Bezpieczne i higieniczne warunki kształcenia	0114.4.WF2.A4.BiHWK			1	4																				4	4	0	
5	Szkolenie biblioteczne	0114.4.WF2.A5.SzB			1	2																				2	2	0	
razem						44	2	0	0	85	5	0	15	0	10	1	0	15	0	10	1	0	15	0	35	2	91	231	9
2. PRZEDMIOTY (ZAJĘCIA) PODSTAWOWE/KIERUNKOWE (ze wskazaniem formy z e-learning)																													
1	Psychologia sportu	0114.4.WF2.B/C1.PS		2								10			15	1										10	25	1	
2	Organizacja i zarządzanie w kulturze fizycznej	0114.4.WF2.B/C2.OiZwKF		4															10				15	1		10	25	1	
3	Prawo w kulturze fizycznej	0114.4.WF2.B/C3.PwKF		1		10	10			30	2															20	50	2	
4	Olimpizm	0114.4.WF2.B/C4.PO		4																						10	25	1	
5	Turystyka szkolna i rekreacja	0114.4.WF2.B/C5.TSiR		1		15	15			45	3															30	75	3	
6	Ekologia i ochrona środowiska	0114.4.WF2.B/C6.EiOŚ		3												10			15	1						10	25	1	
7	Podstawy medycyny i traumatologii w wychowaniu fizycznym i sporcie	0114.4.WF2.B/C7.PMiTwWFis		2								15			35	2										15	50	2	
8	Organizacja imprez sportowo-rekreacyjnych	0114.4.WF2.B/C8.OiS-R		2								10	15		50	3										25	75	3	
9	Podstawy treningu zdrowotnego	0114.4.WF2.B/C9.PTZ	2	2	2							10	10		30	2										20	50	2	
10	Podstawy andragogiki	0114.4.WF2.B/C10.PA		2								10			15	1													

Rozkład godzin																													
Lp.	Przedmiot	kod	forma zal. po semestrze			I rok										II rok										Razem godz. (kontaktowe)	Całkowity nakład pracy studenta	Razem ECTS	
						1 semestr						2 semestr				3 semestr					4 semestr								
			E	ZO	Z	I	II	III	IV	V	ECTS	I	II	IV	V	ECTS	I	II	IV	V	ECTS	I	II	IV	V				ECTS
13	Nowe trendy w kulturze fizycznej	0114.4.WF2.B/C13.NT wKF		4																	10	10		30	2	20	50	2	
14	Komunikacja interpersonalna	0114.4.WF2.B/C14.KI		3											10	15			50	3						25	75	3	
15	Żywnieniowe wspomaganie treningu	0114.4.WF2.B/C15.ŻWT		4																	10				15	1	10	25	1
16	Polityka społeczna i zdrowotna	0114.4.WF2.B/C16.PSiZ		3,4											10				15	1	10				15	1	20	50	2
17	Aktywizacja ruchowa seniorów	0114.4.WF2.B/C17.ARS		4																		10			15	1	10	25	1
18	Wykład monograficzny z nauk o kulturze fizycznej	0114.4.WF2.B/C18.WMzNoKF		3,4											10				15	1	10				15	1	20	50	2
19	Podstawy epidemiologii	0114.4.WF2.B/C19.PE		2,3								10			15	1	10			15	1						20	50	2
20	Metodologia badań naukowych	0114.4.WF2.B/C20.MBN		1		10	15			50	3																25	75	3
21	Statystyka	0114.4.WF2.B/C21.S		1			10			15	1																10	25	1
razem						45	60	0	0	170	11	75	40	0	210	13	50	15	0	110	7	60	20	0	120	8	365	975	39
GRUPA PRZEDMIOTÓW (ZAJĘĆ) W ZAKRESIE PRZYGOTOWANIA DO WYKONYWANIA ZAWODU NAUCZYCIELA																													
22	Psychologiczne podstawy działalności nauczyciela szkoły ponadpodstawowej	0114.4.WF2.B/C22.PPDNSPP		1			10	5		10	1																15	25	1
23	Pedagogiczne podstawy działalności nauczyciela szkoły ponadpodstawowej	0114.4.WF2.B/C23.PPDNSPP		1			10	5		10	1																15	25	1
24	Pedagogika czasu wolnego	0114.4.WF2.B/C24.PCW		1		10				15	1																10	25	1
25	Edukacja zdrowotna w programie wychowania fizycznego	0114.4.WF2.B/C25.EZwPWF		1		20	15			40	3																35	75	3
26	Metodyka wychowania fizycznego w szkole ponadpodstawowej	0114.4.WF2.B/C26.MWFwSPP	2	1,2	1,2	10	10			30	2	10	10		30	2											40	100	4
27	Gimnastyka**	0114.4.WF2.B/C27.G		2									15		35	2											15	50	2
28	Lekkoatletyka**	0114.4.WF2.B/C28.L		2									15		35	2											15	50	2
29	Pływanie z elementami ratownictwa**	0114.4.WF2.B/C29.PzER		3														15		35	2						15	50	2
30	Piłka siatkowa**	0114.4.WF2.B/C30.PS		2									15		35	2											15	50	2
31	Piłka ręczna**	0114.4.WF2.B/C31.PR		3														15		35	2						15	50	2
32	Piłka nożna**	0114.4.WF2.B/C32.PN		4																		15			35	2	15	50	2
33	Koszykówka**	0114.4.WF2.B/C33.K		2									15		35	2											15	50	2
34	Teoria i metodyka sportów walki**	0114.4.WF2.B/C34.TiMSW		2									15		35	2											15	50	2
35	Gry rakietowe**/**	0114.4.WF2.B/C35.GR		4																		10			15	1	10	25	1
36	Taniec towarzyski**	0114.4.WF2.B/C36.TT		4																		10			15	1	10	25	1
37	Futsal**	0114.4.WF2.B/C37.F		4																		10			15	1	10	25	1
38	Turystyka żeglarska**	0114.4.WF2.B/C38.TŻ		4																		30			1	30	30	1	
39	Ćwiczenia siłowe**	0114.4.WF2.B/C39.ĆS		4																		10			15	1	10	25	1
40	Nowoczesne formy fitnessu**	0114.4.WF2.B/C40.NFF		4																		15			35	2	15	50	2
razem						40	45	10	0	105	8	10	85	0	205	12	0	30	0	70	4	0	100	0	130	9	320	830	33
RAZEM PRZEDMIOTY(ZAJĘCIA) PODSTAWOWE/KIERUNKOWE						85	105	10	0	275	19	85	125	0	415	25	50	45	0	180	11	60	120	0	250	17	685	1805	72

Rozkład godzin																														
Lp.	Przedmiot	kod	forma zal. po semestrze	I rok												II rok												Razem godz. (kontaktowe)	Całkowity nakład pracy studenta	Razem ECTS
				1 semestr						2 semestr						3 semestr						4 semestr								
				E	ZO	Z	I	II	III	IV	V	ECTS	I	II	IV	V	ECTS	I	II	IV	V	ECTS	I	II	IV	V	ECTS			
3. PRZEDMIOTY (ZAJĘCIA) DO WYBORU																														
GRUPA PRZEDMIOTÓW (ZAJĘĆ) I - przygotowanie w zakresie trenera personalnego																														
1	Podstawy treningu personalnego	0114.4.WF2.DI1.PTP		3													15		35	2							15	50	2	
2	Trening równowagi i koordynacji z wykorzystaniem nowych technologii	0114.4.WF2.DI2.TRIKz WNT		3													20		5	1							20	25	1	
3	Ocena funkcjonalna w treningu	0114.4.WF2.DI3.OFwT		4																		15			35	2	15	50	2	
4	Teoria i praktyka treningu wytrzymałościowego	0114.4.WF2.DI4.TiPT W		3												10	15		50	3							25	75	3	
5	Teoria i praktyka różnych form treningu siłowego	0114.4.WF2.DI5.TiPRF TS		4																	10	15			50	3	25	75	3	
razem							0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	50	0	90	6	10	30	0	85	5	100	275	11		
GRUPA PRZEDMIOTÓW (ZAJĘĆ) II - przygotowanie w zakresie odnowy biologicznej																														
1	Masaż sportowy i relaksacyjny z refleksoterapią	0114.4.WF2.DII1.MSiR zR																				15			35	2	15	50	2	
2	Podstawy teoretyczne odnowy biologicznej w sporcie i rekreacji	0114.4.WF2.DII2.PTO BwSiR		3												10	10		30	2							20	50	2	
3	Fizjologiczne podstawy odnowy biologicznej	0114.4.WF2.DII3.FPO B		3												10	10		30	2							20	50	2	
4	Metody specjalne odnowy biologicznej	0114.4.WF2.DII4.MSO B		4																	10	15			50	3	25	75	3	
5	Programowanie odnowy psychosomatycznej w treningu w różnych dyscyplinach	0114.4.WF2.DII5.POP wTwRD		3												10	10		30	2							20	50	2	
razem							0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	30	0	90	6	10	30	0	85	5	100	275	11		
PRACA MAGISTERSKA																														
1	Seminarium magisterskie	0114.4.WF2.E1.SD		1,2,3, 4			30			70	4		30		70	4		30		120	6		30		120	6	120	500	20	
razem						0	30	0	0	70	4	0	30	0	70	4	0	30	0	120	6	0	30	0	120	6	120	500	20	
4. PRAKTYKI																														
1	Praktyka zawodowa dydaktyczna (szkoła ponadpodstawowa)	0114.4.WF2.F1.PZD(S PP)		3													45		105	6							45	150	6	
2	Praktyka zawodowa psychologiczno-pedagogiczna ciągła (szkoła ponadpodstawowa)	0114.4.WF2.F1.PZP-P(SPP)		1			15			35	2																15	50	2	
razem						0	15	0	0	35	2	0	0	0	0	0	45	0	105	6	0	0	0	0	0	60	200	8		
Razem przedmioty (zajęcia) 1-4						129	152	10	0	465	30	85	170	0	495	30	50	135	0	415	24	60	165	0	405	25	956	956	109	
RAZEM Z GRUPĄ PRZEDMIOTÓW (ZAJĘĆ) I						129	152	10	0	465	30	85	170	0	495	30	60	185	0	505	30	70	195	0	490	30	1056	3011	120	
RAZEM Z GRUPĄ PRZEDMIOTÓW (ZAJĘĆ) I						129	152	10	0	465	30	85	170	0	495	30	80	165	0	505	30	70	195	0	490	30	1056	3011	120	

* E- e-learning oznacza zajęcia z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość realizowanych w różnych formach z wykorzystaniem różnych systemów teleinformatycznych i narzędzi telekomunikacyjnych

** przedmioty z grupy metodyk szczegółowych

*** tenis ziemny, tenis stołowy, badminton, crossminton, squash