



## IV – PLAN STUDIÓW

### 1. Plan studiów a kierunku Wychowanie Fizyczne studia I stopnia, stacjonarne

Plan studiów realizowanych w formie stacjonarnej obejmuje 2170 godz. na ścieżce rozwoju instruktora sportu, 2160 godz. na ścieżce rozwoju instruktora gimnastyki korekcyjnej i ćwiczeń relaksowo- koncentrujących i 2100 godz. na ścieżce rozwoju instruktora rekreacji zajęć w typowych formach dydaktycznych (wykłady, ćwiczenia, sprawnościowe, laboratoria) oraz 960 godz. praktyk na każdej ze ścieżek rozwoju. Praktyki zawodowe realizowane będą w II, IV i VI semestrze od 8 do 15 tygodnia cyklu dydaktycznego, natomiast od 1 do 7 tygodnia realizowane będą zajęcia dydaktyczne przewidziane w planie na dany semestr.

#### plan studiów stacjonarnych

(W PODZIALE NA SEMESTRY)

**KIERUNEK STUDIÓW: wychowanie fizyczne i stopnia**

specjalność: **nauczycielska**

#### *Semestr I*

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia		
		W	C	L/S	Razem				
1.	Bezpieczeństwo i higiena pracy oraz ergonomia	15			15	1	Zaliczenie		
2.	Anatomia cz. I	15	15		30	2	Zaliczenie		
3.	Biologia	15	15		30	2	Zaliczenie		
4.	Pedagogika cz. I	30	30		60	3	Zaliczenie		
5.	Psychologia cz. I	stacjonarnie	zdalnie	30		60	stacjonarnie	zdalnie	Zaliczenie

		0	30				1,8	1,2	
6.	Rytmika i taniec			30		30		2	Zaliczenie
7.	Podstawy dydaktyki		30	30		60		3	Egzamin
8.	Teoria i metodyka pływania cz. I			15		15		1	Zaliczenie
9.	Zabawy i gry ruchowe			30		30		2	Zaliczenie
10.	Historia kultury fizycznej	stacjonarnie	zdalnie			30	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin
		0	30		0,8		1,2		
11.	Teoria wychowania fizycznego		15	30		45		3	Egzamin
12.	Organizacja i prawo w oświacie		15			15		1	Zaliczenie
13.	Język obcy cz. I			30		30		2	Zaliczenie
14.	Teoria i metodyka gimnastyki cz. I			30		30		2	Zaliczenie
15.	Emisja głosu			15		15		1	Zaliczenie
16.	Wychowanie fizyczne			30		30		0	Zaliczenie
<b>Razem</b>			<b>195</b>	<b>330</b>	<b>0</b>	<b>525</b>		<b>30</b>	

*Semestr II*

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia		
		W	C		L/S			Razem	
1.	Język obcy cz. II		stacjonarnie	zdalnie		30	stacjonarnie	zdalnie	Zaliczenie
			18	12			1,52	0,48	





1.	Język obcy cz. IV	stacjonarnie	zdalnie	15	stacjonarnie	zdalnie	Zaliczenie
		0	15		1,4	0,6	
2.	Technologie komunikacyjno-informacyjne	30		30	2		Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka koszykówki cz. II	15		15	1		Zaliczenie
4.	Sporty raketowe	30		30	2		Zaliczenie
5.	Teoria i metodyka pływania cz. IV	15		15	2		Egzamin**
6.	Teoria i metodyka lekkoatletyki cz. II	30		30	3		Egzamin*
7.	Teoria i metodyka piłki siatkowej cz. II	15		15	1		Zaliczenie
8.	Letnie formy aktywności fizycznej / Obóz letni	60		60	4		Zaliczenie
9.	Praktyki zawodowe cz. II	320		320	13		Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>0</b>	<b>530</b>	<b>0</b>	<b>530</b>	<b>30</b>	

\* Egzamin obejmuje treści cz. I i II

\*\* Egzamin obejmuje treści cz. I, II, III i IV

*Semestr V*  
**SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA SPORTU w DYSCYPLINACH  
INDYWIDUALNYCH i ZESPOŁOWYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		
1.	Antropomotoryka	15	30		45	3	Egzamin

2.	Pierwsza pomoc przedmedyczna		15		15	1	Zaliczenie		
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. I		30		30	2	Zaliczenie		
4.	Przedmiot ogólnouczelniany II	30			30	2	Zaliczenie		
5.	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	15	15		30	2	Zaliczenie		
6.	Teoria sportu	stacjonarnie	zdalnie	stacjonarnie	zdalnie	45	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin
		0	15	20	10		2	1	
7.	Edukacja zdrowotna	15	15		30	2	Zaliczenie		
8.	Sport dla wszystkich II		30		30	2	Zaliczenie		
9.	Specjalizacja instruktorska cz. I	60			60	4	Zaliczenie		
10.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. I		30		30	2	Zaliczenie		
11.	Sporty walki		30		30	2	Zaliczenie		
12.	Teoria i metodyka tenisa stołowego		30		30	2	Zaliczenie		
13.	Język obcy cz. V		stacjonarnie	zdalnie	15	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin***	
			0	15		2,4	0,6		
<b>Razem</b>		<b>150</b>	<b>270</b>	<b>0</b>	<b>420</b>	<b>30</b>			

\*\*\* Egzamin obejmuje treści cz. I, II, III, IV i V

*Semestr V*  
**SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA GIMNASTYKI KOREKCYJNEJ i ĆWICZEŃ**  
**RELAKSOWO-KONCENTRUJĄCYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia		
		W	C	L/S	Razem				
1.	Antropomotoryka	15	30		45	3	Egzamin		
2.	Pierwsza pomoc przedmedyczna		15		15	1	Zaliczenie		
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. I		30		30	2	Zaliczenie		
4.	Przedmiot ogólnouczelniany II	30			30	2	Zaliczenie		
5.	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	15	15		30	2	Zaliczenie		
6.	Teoria sportu	stacjonarne	zdalnie	stacjonarnie	zdalnie	45	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin
		0	15	20	10		2	1	
7.	Edukacja zdrowotna	15	15		30	2	Zaliczenie		
8.	Sport dla wszystkich II		30		30	2	Zaliczenie		
9.	Dydaktyka gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej	10	10		20	1	Zaliczenie		
10.	Patofizjologia wad postawy ciała dziecka	20	10		30	2	Zaliczenie		

11.	Podstawy kinezyterapii		15		15	1	Zaliczenie	
12.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. I		30		30	2	Zaliczenie	
13.	Sporty walki		30		30	2	Zaliczenie	
14.	Teoria i metodyka tenisa stołowego		30		30	2	Zaliczenie	
15.	Język obcy cz. V		stacjonarnie	zdalnie	15	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin***
			0	15		2,4	0,6	
<b>Razem</b>		<b>120</b>	<b>305</b>	<b>0</b>	<b>425</b>	<b>30</b>		

\*\*\* Egzamin obejmuje treści cz. I, II, III, IV i V

### Semestr V

### SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ w DYSCYPLINACH INDYWIDUALNYCH i ZESPOŁOWYCH

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		
1.	Antropomotoryka	15	30		45	3	Egzamin
2.	Pierwsza pomoc przedmedyczna		15		15	1	Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. I		30		30	2	Zaliczenie
4.	Przedmiot ogólnouczelniany II	30			30	2	Zaliczenie
5.	Ćwiczenia kompensacyjno-	15	15		30	2	Zaliczenie





						em			
1.	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego	30				30	2		Egzamin
2.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. II			15		15	1		Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. II			15		15	1		Zaliczenie
4.	Teoria treningu sportowego	stacjo narnie	zdalnie	stacjo narnie	zdalni e	45	stacjo narnie	zdalnie	Zaliczenie
		10	20	2	13		1,68	1,32	
5.	Podstawy fizjoterapii w sporcie	15		30		45	3		Egzamin
6.	Podstawy żywienia i suplementacji w sporcie	15		30		45	3		Egzamin
7.	Specjalizacja instruktorska cz. II			100		100	5		Egzamin*
8.	Praktyki zawodowe cz. III			320		320	12		Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>90</b>		<b>525</b>		<b>0</b>	<b>615</b>	<b>30</b>	

\* Egzamin obejmuje treści cz. I i II

**Semestr VI**  
**SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA GIMNASTYKI KOREKCYJNEJ i ĆWICZEŃ**  
**RELAKSOWO-KONCENTRUJĄCYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		
1.	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego	30			30	2	Egzamin

2.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. II		15		15	1	Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. II		15		15	1	Zaliczenie
4.	Ćwiczenia relaksowo-koncentrujące	30	15		45	3	Zaliczenie
5.	Podstawy fizjoterapii w sporcie	15	30		45	3	Egzamin
6.	Podstawy żywienia i suplementacji w sporcie	15	30		45	3	Egzamin
7.	Praktyki zawodowe cz. III		320		320	12	Zaliczenie
8.	Masaż leczniczy	10	10		20	1	Zaliczenie
9.	Pływanie korekcyjne		15		15	1	Zaliczenie
10.	Ćwiczenia kształtujące i korekcyjne		30		30	2	Egzamin
11.	Teoria i metodyka ćwiczeń korekcyjnych	10	10		20	1	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>110</b>	<b>490</b>	<b>0</b>	<b>600</b>	<b>30</b>	

*Semestr VI*

**SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ  
w DYSCYPLINACH INDYWIDUALNYCH i ZESPOŁOWYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		

1.	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego	30			30	2	Egzamin
2.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. II		15		15	1	Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. II		15		15	1	Zaliczenie
4.	Teoria i metodyka rekreacji cz. II	15	15		30	3	Zaliczenie
5.	Podstawy fizjoterapii w sporcie	15	30		45	3	Egzamin
6.	Podstawy żywienia i suplementacji w sporcie	15	30		45	3	Egzamin
7.	Specjalizacja z rekreacji ruchowej cz. II		60		60	5	Egzamin*
8.	Praktyki zawodowe cz. III		320		320	12	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>75</b>	<b>485</b>	<b>0</b>	<b>560</b>	<b>30</b>	

\* Egzamin obejmuje treści cz. I i II

## 2. Plan studiów a kierunku Wychowanie Fizyczne studia I stopnia niestacjonarne

Plan studiów realizowanych w formie niestacjonarnej obejmuje 1311 godz. na ścieżce rozwoju instruktora sportu oraz 1341 godz. na ścieżce rozwoju instruktora gimnastyki korekcyjnej i ćwiczeń relaksowo- koncentrujących i 1251 godz. na ścieżce rozwoju instruktora rekreacji zajęć w typowych formach dydaktycznych (wykłady, ćwiczenia, sprawnościowe, laboratoria) oraz 960 godz. praktyk na każdej ze ścieżek rozwoju.

### plan studiów niestacjonarnych

(W PODZIALE NA SEMESTRY)

**KIERUNEK STUDIÓW: wychowanie fizyczne i stopnia**

specjalność: **nauczycielska**

## Semestr I

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia	
		W	C	L/S	Razem			
1.	Bezpieczeństwo i higiena pracy oraz ergonomia	7			7	1	Zaliczenie	
2.	Anatomia cz. I	10	10		20	2	Zaliczenie	
3.	Biologia	8	8		16	2	Zaliczenie	
4.	Pedagogika cz. I	30	30		60	3	Zaliczenie	
5.	Psychologia cz. I	stacjonarnie	zdalnie	30	60	stacjonarnie	zdalnie	Zaliczenie
		0	30			1,8	1,2	
6.	Rytmika i taniec		10		10	2	Zaliczenie	
7.	Podstawy dydaktyki	30	30		60	3	Egzamin	
8.	Teoria i metodyka pływania cz. I		8		8	1	Zaliczenie	
9.	Zabawy i gry ruchowe		16		16	2	Zaliczenie	
10.	Historia kultury fizycznej	stacjonarnie	zdalnie		20	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin
		0	20			1,2	0,8	
11.	Teoria wychowania fizycznego	13	13		26	3	Egzamin	
12.	Organizacja i prawo w oświacie	7			7	1	Zaliczenie	
13.	Język obcy cz. I		10		10	2	Zaliczenie	

14.	Teoria i metodyka gimnastyki cz. I		15		15	2	Zaliczenie
15.	Emisja głosu		15		15	1	Zaliczenie
16.	Wychowanie fizyczne		16		16	0	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>155</b>	<b>211</b>		<b>366</b>	<b>30</b>	

*Semestr II*

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia		
		W	C		L/S			Razem	
1.	Język obcy cz. II		stacjonarnie	zdalnie		10	stacjonarnie	zdalnie	Zaliczenie
			0	10			1,6	0,4	
2.	Ochrona własności intelektualnej	10				10	1		Zaliczenie
3.	Anatomia cz. II		10			10	2		Egzamin*
3.	Psychologia cz. II	stacjonarnie	zdalnie	15		30	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin*
		0	15				1,4	0,6	
4.	Metodyka wychowania fizycznego cz. I	10	10			20	2		Zaliczenie
5.	Teoria i metodyka pływania cz. II		8			8	1		Zaliczenie
6.	Pedagogika cz. II	15	15			30	2		Egzamin*
7.	Sport dla wszystkich I		15			15	2		Zaliczenie

8.	Teoria i metodyka gimnastyki cz. II		15		15	3	Egzamin*
9.	Obóz wędrowny		30		30	2	Zaliczenie
10.	Praktyki psychologiczno-pedagogiczne		40		40	2	Zaliczenie
11.	Praktyki zawodowe cz. I		280		280	9	Zaliczenie
12.	Wychowanie fizyczne		16		16	0	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>50</b>	<b>464</b>	<b>0</b>	<b>514</b>	<b>30</b>	

\* Egzamin obejmuje treści cz. I i II

### *Semestr III*

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia		
		W	C		L/S			Razem	
1.	Język obcy cz. III		stacjonarnie	zdalnie		10	stacjonarnie	zdalnie	Zaliczenie
			0	10			1,6	0,4	
2.	Teoria i metodyka piłki siatkowej cz. I		10			10	2	Zaliczenie	
3.	Biomechanika	13	13			26	3	Egzamin	
4.	Przedmiot ogólnouczelniany I	15				15	2	Zaliczenie	
5.	Teoria i metodyka pływania cz. III		7			7	1	Zaliczenie	

6.	Fizjologia	15	15		30	3	Egzamin
7.	Biochemia	8		8	16	3	Egzamin
8.	Zimowe formy aktywności fizycznej / Obóz zimowy		60		60	4	Zaliczenie
9.	Teoria i metodyka koszykówki cz. I		10		10	2	Zaliczenie
10.	Antropologia	8	8		16	3	Egzamin
11.	Teoria lekkoatletyki cz. I		15		15	2	Zaliczenie
12.	Metodyka wychowania fizycznego cz. II	10	10		20	3	Egzamin*
<b>Razem</b>		<b>69</b>	<b>158</b>	<b>8</b>	<b>235</b>	<b>30</b>	

\* Egzamin obejmuje treści cz. I i II

#### *Semestr IV*

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS		Forma zaliczenia	
		W	C		L/S	Razem	stacjonarnie		zdalnie
1.	Język obcy cz. IV		stacjonarnie 0	zdalnie 10		10	stacjonarnie 1,6	zdalnie 0,4	Zaliczenie
2.	Ćwiczenia kompensacyjno-korekcyjne	9	9			18	2		Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka koszykówki cz. II		10			10	1		Zaliczenie
4.	Sporty raketowe		10			10	2		Zaliczenie
5.	Teoria i metodyka pływania		7			7	2		Egzamin**



	cz. IV						
6.	Teoria i metodyka lekkoatletyki cz. II		15		15	3	Egzamin*
7.	Teoria i metodyka piłki siatkowej cz. II		10		10	1	Zaliczenie
8.	Letnie formy aktywności fizycznej / Obóz letni		60		60	4	Zaliczenie
9.	Praktyki zawodowe cz. II		320		320	13	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>9</b>	<b>451</b>	<b>0</b>	<b>460</b>	<b>30</b>	

\*Egzamin obejmuje treści cz. I i II

\*\* Egzamin obejmuje treści cz. I, II, III i IV

*Semestr V*  
**SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA SPORTU w DYSCYPLINACH  
INDYWIDUALNYCH i ZESPOŁOWYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		
1.	Antropomotoryka	8	8		16	3	Egzamin
2.	Pierwsza pomoc przedmedyczna		8		8	1	Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. I		10		10	2	Zaliczenie
4.	Przedmiot ogólnouczelniany II	15			15	2	Zaliczenie
5.	Technologie komunikacyjno-informacyjne		10		10	2	Zaliczenie



1.	Antropomotoryka	8	8		16	3	Egzamin		
2.	Pierwsza pomoc przedmedyczna		8		8	1	Zaliczenie		
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. I		10		10	2	Zaliczenie		
4.	Przedmiot ogólnouczelniany II	15			15	2	Zaliczenie		
5.	Technologie komunikacyjno-informacyjne		10		10	2	Zaliczenie		
6.	Teoria sportu	stacjonarnie	zdalnie	stacjonarnie	zdalnie	24	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin
		0	12	0	12		2,04	0,96	
7.	Edukacja zdrowotna	7	7		14	2	Zaliczenie		
8.	Sport dla wszystkich II		15		15	2	Zaliczenie		
9.	Dydaktyka gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej	10	10		20	1	Zaliczenie		
10.	Patofizjologia wad postawy ciała dziecka	20	10		30	2	Zaliczenie		
11.	Podstawy kinezyterapii		15		15	1	Zaliczenie		
12.	Język obcy cz. V		stacjonarnie	zdalnie	10	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin***	
			0	10		2,6	0,4		
13.	Teoria i metodyka piłki		10		10	2	Zaliczenie		

	nożnej cz. I						
14.	Sporty walki		10		10	2	Zaliczenie
15.	Teoria i metodyka tenisa stołowego		10		10	2	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>72</b>	<b>145</b>	<b>0</b>	<b>217</b>	<b>30</b>	

\*\*\* Egzamin obejmuje treści cz. I, II, III, IV i V

### *Semestr V*

## SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ w DYSCYPLINACH INDYWIDUALNYCH i ZESPOŁOWYCH

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia		
		W	C	L/S	Razem				
1.	Antropomotoryka	8	8		16	3	Egzamin		
2.	Pierwsza pomoc przedmedyczna		8		8	1	Zaliczenie		
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. I		10		10	2	Zaliczenie		
4.	Przedmiot ogólnouczelniany II	15			15	2	Zaliczenie		
5.	Technologie komunikacyjno-informacyjne		10		10	2	Zaliczenie		
6.	Teoria sportu	stacjonarnie	zdalnie	stacjonarnie	zdalnie	24	stacjonarnie	zdalnie	Egzamin
		0	12	0	12		2,04	0,96	
7.	Edukacja zdrowotna	7	7		14	2	Zaliczenie		

8.	Sport dla wszystkich II		15		15	2	Zaliczenie	
9.	Teoria i metodyka rekreacji cz. I	4	4		8	1	Zaliczenie	
10.	Specjalizacja z rekreacji ruchowej cz. I		30		30	3	Zaliczenie	
11.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. I		10		10	2	Zaliczenie	
12.	Sporty walki		10		10	2	Zaliczenie	
13.	Teoria i metodyka tenisa stołowego		10		10	2	Zaliczenie	
14.	Język obcy cz. V		stacjonarnie 0	zdalnie 10	10	stacjonarnie 2,6	zdalnie 0,4	Egzamin***
<b>Razem</b>		<b>46</b>	<b>144</b>		<b>0</b>	<b>190</b>	<b>30</b>	

\*\*\* Egzamin obejmuje treści cz. I, II, III, IV i V

**Semestr VI**  
**SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA SPORTU w DISCYPLINACH**  
**INDYWIDUALNYCH i ZESPOŁOWYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		
1.	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego	20			20	2	Egzamin
2.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. II		10		10	1	Zaliczenie

3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. II			10		10	1	Zaliczenie	
4.	Teoria treningu sportowego	stacjo narnie	zdalnie	stacjo narnie	zdalnie	16	stacjo narnie	zdalnie	Zaliczenie
		0	8	0	8		2,36	0,64	
5.	Podstawy fizjoterapii w sporcie	12		12		24	3	Egzamin	
6.	Podstawy żywienia i suplementacji w sporcie	12		12		24	3	Egzamin	
7.	Specjalizacja instruktorska cz. II			100		100	5	Egzamin*	
8.	Praktyki zawodowe cz. III			320		320	12	Zaliczenie	
<b>Razem</b>		<b>52</b>		<b>472</b>	<b>0</b>	<b>524</b>	<b>30</b>		

\* Egzamin obejmuje treści cz. I i II

### *Semestr VI*

## **SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA GIMNASTYKI KOREKCYJNEJ i ĆWICZEŃ RELAKSOWO-KONCENTRUJĄCYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		
1.	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego	20			20	2	Egzamin
2.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. II		10		10	1	Zaliczenie
3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. II		10		10	1	Zaliczenie

4.	Ćwiczenia relaksowo-koncentrujące	8	8		16	3	Zaliczenie
5.	Podstawy fizjoterapii w sporcie	12	12		24	3	Egzamin
6.	Podstawy żywienia i suplementacji w sporcie	12	12		24	3	Egzamin
7.	Praktyki zawodowe cz. III		320		320	12	Zaliczenie
8.	Masaż leczniczy	10	10		20	1	Zaliczenie
9.	Pływanie korekcyjne		15		15	1	Zaliczenie
10.	Ćwiczenia kształtujące i korekcyjne		30		30	2	Egzamin
11.	Teoria i metodyka ćwiczeń korekcyjnych	10	10		20	1	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>72</b>	<b>437</b>	<b>0</b>	<b>509</b>	<b>30</b>	

*Semestr VI*

**SPECJALNOŚĆ INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ  
w DISCYPLINACH INDYWIDUALNYCH i ZESPOŁOWYCH**

Lp.	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin				Liczba punktów ECTS	Forma zaliczenia
		W	C	L/S	Razem		
1.	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego	20			20	2	Egzamin
2.	Teoria i metodyka piłki nożnej cz. II		10		10	1	Zaliczenie

3.	Teoria i metodyka piłki ręcznej cz. II		10		10	1	Zaliczenie
4.	Teoria i metodyka rekreacji cz. II	4	4		8	3	Zaliczenie
5.	Podstawy fizjoterapii w sporcie	12	12		24	3	Egzamin
6.	Podstawy żywienia i suplementacji w sporcie	12	12		24	3	Egzamin
7.	Specjalizacja z rekreacji ruchowej cz. II		60		60	5	Egzamin*
8.	Praktyki zawodowe cz. III		320		320	12	Zaliczenie
<b>Razem</b>		<b>48</b>	<b>428</b>	<b>0</b>	<b>476</b>	<b>30</b>	

\* Egzamin obejmuje treści cz. I i II

## V – PRAKTYKI ZAWODOWE

### 1. Ogólna charakterystyka organizacji praktyk zawodowych

Praktyki dla Studentów Akademii Łomżyńskiej realizowane na kierunku Wychowanie Fizyczne stanowią integralną część planu studiów oraz procesu kształcenia. Praktyki studenckie reguluje §28 Regulaminu studiów AŁ, a także Regulamin praktyki zawodowej w Wydziale Nauk o Zdrowiu. Zgodnie z obowiązującymi regulaminami:

1. Praktyki zawodowe stanowią integralną część programu studiów. Brak zaliczenia praktyki jest traktowany na równi z brakiem zaliczenia każdego innego przedmiotu.
2. Programy praktyk dla danego kierunku studiów opracowuje Koordynator praktyk, a zatwierdza Rada Wydziału.
3. Formy i miejsca odbywania praktyk zawodowych i zajęć praktycznych ustala powołany przez Dziekana Koordynator praktyk.
4. Praktyki odbywają się w oparciu o umowę o realizację praktyk z wybranymi jednostkami organizacyjnymi. Do podpisania umowy o realizację praktyki w imieniu Uczelni upoważniony jest Koordynator praktyk zawodowych, wyznaczony przez



Dziekana.

5. Zaliczenia praktyki dokonuje Koordynator praktyk na podstawie określonych w programie kształcenia wymogów warunkujących uzyskanie efektów uczenia przewidzianych programem praktyki.
6. Dziekan lub upoważniony przez niego Koordynator praktyk na wniosek studenta może zaliczyć, jako praktykę lub część praktyki wykonywaną przez niego, udokumentowaną pracę zawodową lub inną działalność, jeśli zostały osiągnięte efekty uczenia się przewidziane dla tej praktyki w programie studiów.

Szczegółowe zasady realizacji praktyk określa Regulamin Praktyki Zawodowej na Wydziale Nauk o Zdrowiu AŁ.

## 2. Założenia i zasady organizacji praktyk zawodowych

W programie studiów dla kierunku wychowanie fizyczne na poziomie studiów pierwszego stopnia o profilu praktycznym przewidziano praktyki zawodowe w wymiarze 960 godzin, co odpowiada 36 punktom ECTS. Podział na poszczególne etapy realizacji praktyk zawodowych przedstawia tabela poniżej:

**Tabela 9 Etapy realizacji praktyk zawodowych**

Specjalność	Semestr	Rodzaj praktyki zawodowej	Czas trwania	Ilość punktów ECTS	Forma zaliczenia
<i>nauczycielska</i>	II (8 tydzień cyklu dydaktycznego)	praktyki psychologiczno-pedagogiczne	40 godz.	2	Zaliczenie na ocenę
	II (9-15 tydzień cyklu dydaktycznego)	praktyki zawodowe	280 godz.	9	Zaliczenie na ocenę
	IV (8-15 tydzień cyklu dydaktycznego)	praktyki zawodowe	320 godz.	13	Zaliczenie na ocenę
	VI (8-15 tydzień cyklu dydaktycznego)	praktyki zawodowe	320 godz.	12	Zaliczenie na ocenę

## 3. Cele i program praktyk zawodowych

Praktyki odbywają się w oparciu o umowę/porozumienie na realizację praktyk

z wybranymi jednostkami organizacyjnymi- zakładami pracy. Do podpisania umowy o realizację praktyki w imieniu Uczelni upoważniony jest Koordynator praktyk zawodowych, wyznaczony przez Dziekana Wydziału Nauk o Zdrowiu. Student we własnym zakresie poszukuje Zakładu pracy, w którym odbędzie praktykę. Stanowi to istotny element realizacji jednego z podstawowych celów praktyki - przygotowanie do samodzielności zawodowej. Studenci zobowiązani są do uczestniczenia w spotkaniach dotyczących organizacji praktyk w terminie i miejscu wyznaczonym przez Koordynatora praktyk zawodowych i do zapoznania się z Regulaminem praktyk.

Program praktyki opracowuje Koordynator praktyk, opiniuje WKJK, a zatwierdza Senat. Student realizuje praktykę zgodnie z programem zapoznając się ze sposobem funkcjonowania Zakładu pracy, uczestniczy w zadaniach przez niego realizowanych oraz podejmuje pod nadzorem zakładowego Opiekuna praktyk mający uprawnienia zawodowe. W trakcie trwania praktyki student prowadzi Dziennik praktyk, który zawiera miejsce i czas trwania praktyki wraz z ilością godzin, zadania Jednostki organizacyjnej, opis czynności realizowanych każdego dnia przez Studenta, potwierdzonych oceną postawy Studenta w czasie praktyki, wystawioną przez zakładowego Opiekuna praktyk lub Kierownika poświadczoną podpisem wraz z pieczęcią Jednostki organizacyjnej, w której realizowane są praktyki zawodowe.

#### **4. System nadzoru i zaliczania praktyk zawodowych**

Podstawowym celem systemu monitorowania praktyk zawodowych realizowanych na Wydziale Nauk o Zdrowiu na kierunku Wychowanie fizyczne jest weryfikacja przebiegu praktyki oraz jej ocena. Osobą odpowiedzialną za przebieg praktyk zawodowych w Uczelni jest Dziekan, który powołuje Koordynatora praktyk zawodowych.

Do zakresu obowiązków Koordynatora praktyk zawodowych należy: przyjmowanie i wydawanie dokumentów związanych z organizacją i realizacją praktyki, w szczególności: umów o realizację praktyki, deklaracji, zaświadczeń o odbyciu praktyki, itp.; zapoznanie studentów z zasadami organizacji i zaliczania praktyki; podpisywanie porozumień o realizację praktyki; akceptacja miejsca odbywania praktyki; nadzór merytoryczny nad przebiegiem praktyki zawodowej; weryfikacja i ocena efektów uczenia praktyki zawodowej; przeprowadzenie kontroli przebiegu praktyki w Zakładzie pracy.

Na terenie Zakładu pracy Student podlega przepisom i regulaminom obowiązującym w Zakładzie pracy. Jego bezpośrednim przełożonym w czasie realizacji praktyk jest

wyznaczony przez zakład pracy Opiekun zakładowy praktyk.

Warunkiem zaliczenia praktyki zawodowej jest: wywiązanie się z zadań określonych w programie praktyki; osiągnięcie zakładanych efektów uczenia się; przedłożenie przez studenta stosownej dokumentacji, czyli *Dziennika praktyk* dokumentującego odbycie odpowiedniej liczby godzin, zgodnej z kierunkiem studiów oraz programem praktyk. Zawiera on pozytywną ocenę Opiekuna zakładowego praktyk i Koordynatora. Końcowego zaliczenia praktyki studenckiej dokonuje Koordynator praktyk zawodowych. Ocena praktyki zawodowej jest średnią ocen wystawionych przez Opiekuna zakładowego i Koordynatora uczelnianego praktyk i jest wpisywana w Raporcie praktyki zawodowej przez Koordynatora praktyk zawodowych. Brak zaliczenia praktyki, w obowiązującym wymiarze, powoduje brak zaliczenia semestru, co jest równoznaczne z obowiązkiem jej ponownego odbycia. W przypadku wydania przez Koordynatora praktyk zawodowych negatywnej opinii dotyczącej odbytej praktyki, studentowi przysługuje prawo odwołania się do Rektora.

Studenci mogą ubiegać się o częściowe lub całościowe zaliczenie praktyki (bez obowiązku jej odbywania w okresie studiów), jeżeli wykonywali pracę zawodową lub inną działalność i posiadają dokumenty potwierdzające osiągnięte efekty uczenia się przewidziane dla tej praktyki w programie studiów. Studenci wnoszący o zwolnienie z praktyki zawodowej muszą spełniać jeden z warunków wypełniających zakres i cel praktyki:

- a) są lub byli zatrudnieni w instytucjach zapewniających uzyskanie wiedzy i umiejętności praktycznych zgodnych z kierunkiem studiów, jednak okres zatrudnienia nie może być krótszy niż 6 miesięcy;
- b) prowadzą albo prowadzili przez okres wskazany w pkt. a), samodzielną działalność gospodarczą związaną z kierunkiem studiów, lub profilem AŁ;
- c) uczestniczą albo uczestniczyli w stażach lub praktykach w instytucjach krajowych lub zagranicznych (także w ramach wolontariatu) gwarantujących uzyskanie odpowiednich umiejętności praktycznych związanych z kierunkiem studiów;
- d) prowadzą albo prowadzili działalność w organizacjach pozarządowych, której zakres jest zgodny z kierunkiem studiów;
- e) są Studentami lub absolwentami innych szkół wyższych, którzy odbyli lub odbywają praktykę zawodową spełniającą wymagania regulaminu praktyk AŁ, uczestniczą lub uczestniczyli w stażach i praktykach (także w ramach wolontariatu) gwarantujących uzyskanie odpowiednich umiejętności praktycznych oraz przedstawiają odpowiednią dokumentację dotyczącą odbycia takiej praktyki.

Decyzję o ewentualnym uznaniu zrealizowania obowiązku odbycia części lub całości

praktyki podejmuje Dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu. Zaliczenie praktyki zawodowej w przypadku osób zwolnionych z odbywania praktyki odbywa się zgodnie z § 9 Regulaminu praktyk z wyłączeniem obowiązku prowadzenia Dziennika praktyk.

## **VI – WSKAŹNIKI ILOŚCIOWE**

### **1. Wskaźniki ilościowe na studiach stacjonarnych**

**Zajęciom wymagającym bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia** przypisano 142 pkt ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt ECTS przewidzianych programem kształcenia studiów stacjonarnych **79,44%**.

**Zajęciom, których wyboru dokonuje student** w ramach określonych modułów kształcenia, tj. M\_1, M\_2, M\_3, M\_4, M\_5 i M\_6 przypisanych jest łącznie 55 pkt ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt ECTS przewidzianych programem kształcenia studiów stacjonarnych, jak i niestacjonarnych **30,5%**.

**Procentowy udział punktów ECTS uzyskanych w ramach zajęć związanych z praktycznym przygotowaniem zawodowym** w przypadku studiów stacjonarnych wynosi **62,78%**.

**Zajęciom ogólnouczeniowym niezwiązanym z kierunkiem studiów** przypisano łącznie 4 pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów stacjonarnych **2,22%**.

**Zajęciom z zakresu nauk podstawowych, do których odnoszą się efekty uczenia się dla określonego kierunku, poziom i profilu kształcenia** przypisanych jest łącznie 25 pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów stacjonarnych **13,89 %**.

**Zajęciom z obszaru nauk medycznych i nauk o zdrowiu** przypisano łącznie **180** pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów stacjonarnych **100 %**.

Spośród zajęć ogólnouczeniowych **zajęciom z języka obcego** przypisano 11 pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów stacjonarnych **6,11 %**.

**Praktyki zawodowe**, uwzględniając system punktacji 36 pkt ECTS stanowią **20%** programu studiów stacjonarnych.

**Ilość pkt ECTS w formie metodami i technikami na odległość** możliwych do zrealizowania z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość wynosi **7,48**, co stanowi **4,16%** wszystkich punktów ECTS.

## **2. Wskaźniki ilościowe na studiach niestacjonarnych**

**Zajęciom wymagającym bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia** przypisano 142 pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt ECTS przewidzianych programem kształcenia studiów niestacjonarnych **79,44%**.

**Zajęciom, których wyboru dokonuje student** w ramach określonych modułów kształcenia, tj. M\_1, M\_2, M\_3, M\_4, M\_5 i M\_6 przypisanych jest łącznie 55 pkt ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt ECTS przewidzianych programem kształcenia studiów niestacjonarnych **30,5%**.

**Procentowy udział punktów ECTS uzyskanych w ramach zajęć związanych z praktycznym przygotowaniem zawodowym** w przypadku studiów niestacjonarnych wynosi **62,78%**.

**Zajęciom ogólnouczeniowym niezwiązanym z kierunkiem studiów** przypisano łącznie 4 pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów niestacjonarnych **2,22%**.

**Zajęciom z zakresu nauk podstawowych, do których odnoszą się efekty uczenia się dla określonego kierunku, poziom i profilu kształcenia** przypisanych jest łącznie 25 pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów niestacjonarnych **13,89 %**.

**Zajęciom z obszaru nauk medycznych i nauk o zdrowiu** przypisano łącznie **180** pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów niestacjonarnych **100 %**.

Spośród zajęć ogólnouczeniowych **zajęciom z języka obcego** przypisano 11 pkt. ECTS, co stanowi w odniesieniu do ogólnej liczby pkt. ECTS przewidzianych programem studiów niestacjonarnych **6,11 %**.

**Praktyki zawodowe**, uwzględniając system punktacji 36 pkt ECTS stanowią **20%** programu studiów niestacjonarnych.

**Ilość pkt ECTS w formie metodami i technikami na odległość** możliwych do zrealizowania z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość wynosi **5,8**, co stanowi **3,22%** wszystkich punktów ECTS.