

PLAN STUDIÓW
(harmonogram realizacji programu studiów)

Kierunek: Sport i turystyka na terenach górskich, studia pierwszego stopnia, forma studiów: stacjonarna, profil praktyczny obowiązujący od roku akademickiego 2025/2026										
SEMESTR I										
Lp.	Nazwa zajęć / modułu	Liczba godzin dydaktycznych							Forma weryfikacji	Punkty ECTS
		Σ	W	CA	CL	CW	PZ	ZR		
1	Język obcy	30			30				ZO	2
2	Anatomia człowieka z elementami anatomii funkcjonalnej	45	15		30				ZO	3
3	Fizjologia z elementami fizjologii wysiłku fizycznego	45	15			30			ZO	3
4	Psychologia	60	30		30				ZO	4
5	Ekonomia i finanse w sporcie i turystyce	30	15	15					E	2
6	Podstawy turystyki	45	15			30			E	3
7	Historia kultury fizycznej/Historia olimpizmu (do wyboru)	30	15	15					ZO	2
8	Pierwsza pomoc przedmedyczna	15	5			10			ZO	1
9	Teoria i metodyka nauczania ruchu	30	15			15			E	2
10	Teoria i metodyka sportów indywidualnych (gimnastyka z elementami tańca i rytmiki)	30						30	ZO	2
11	Teoria i metodyka sportów zimowych (do wyboru)	30						30	ZO	2
12	Zabawy i gry ruchowe z metodyką	30						30	ZO	2
13	Formy aktywności fizycznej na terenach górskich (do wyboru)	30						30	ZO	2
	SUMA SEMESTR I	450	125	30	90	85	0	120		30

SEMESTR II

Lp.	Nazwa zajęć / modułu	Liczba godzin dydaktycznych							Forma weryfikacji	Punkty ECTS
		Σ	W	CA	CL	CW	PZ	ZR		
1	Język obcy	30			30				ZO	2
2	Biologiczny rozwój człowieka	30	15			15			ZO	2
3	Antropomotoryka	30	15			15			ZO	2
4	Psychologia	30	15			15			ZO	2
5	Pedagogika	45	15			30			E	3
6	Zarządzanie i marketing w sporcie i turystyce	45	15		30				E	3
7	Technologie informatyczne i aplikacyjne w sporcie i turystyce	30			30				ZO	2
8	Atrakcyjność terenów górskich dla aktywności fizycznej	45	15			30			E	3
9	Teoria i metodyka sportów indywidualnych (lekka atletyka)	30						30	ZO	2
10	Teoria i metodyka sportów zespołowych (siatkówka)	30						30	ZO	2
11	Teoria i metodyka pływania	45						45	ZO	3
12	Wychowanie fizyczne	30						30	Z	0
13	Obóz sportowo-turystyczny letni (do wyboru)	40						40	ZO	2
14	Praktyka wdrożeniowa	60					60		ZO	2
SUMA SEMESTR II		520	90	0	90	105	60	175		30

SEMESTR III										
Lp.	Nazwa zajęć / modułu	Liczba godzin dydaktycznych							Forma weryfikacji	Punkty ECTS
		Σ	W	CA	CL	CW	PZ	ZR		
1	Język obcy	30			30				ZO	2
2	Żywnienie w sporcie i turystyce	30	15			15			ZO	2
3	Pedagogika	45	15			30			E	3
4	Podstawy dydaktyki	30	15			15			ZO	2
5	Teoria i metodyka treningu sportowego	30	15			15			E	2
6	Teoria i metodyka sportów indywidualnych (sporty walki - do wyboru)	15						15	ZO	1
7	Teoria i metodyka sportów zespołowych (koszykówka)	30						30	ZO	2
8	Teoria i metodyka sportów zimowych (do wyboru)	30						30	ZO	2
9	Przygotowanie motoryczne w sporcie/Trener personalny/Instruktor turystyki kwalifikowanej (do wyboru)	30						30	ZO	2
10	Fitnessowe formy ruchu (do wyboru)	30						30	ZO	2
11	Regiony górskie/Krajoznawstwo (do wyboru)	30	15			15			E	2
12	Wychowanie fizyczne	30						30	Z	0
13	Obóz sportowo-turystyczny zimowy (do wyboru)	50						50	ZO	3
14	Praktyka psychologiczno-pedagogiczna w szkole podstawowej	30					30			2
15	Praktyka zawodowa organizacyjna	90					90		ZO	3
	SUMA SEMESTR III	530	75	0	30	90	120	215		30

SEMESTR IV										
Lp.	Nazwa zajęć / modułu	Liczba godzin dydaktycznych							Forma weryfikacji	Punkty ECTS
		Σ	W	CA	CL	CW	PZ	ZR		
1	Język obcy	30			30				ZO	2
2	Prawo z elementami etyki	30	15	15					ZO	2
3	Organizacja imprez sportowych/rekreacyjnych (do wyboru)	30				30			ZO	2
4	Metodyka wychowania fizycznego	45	15			30			ZO	3
5	Trening zdrowotny/Edukacja zdrowotna (do wyboru)	45	15			30			ZO	3
6	Animator czasu wolnego dzieci/Animator czasu wolnego dorosłych (do wyboru)	30				30			ZO	2
7	Biochemia człowieka	30	15		15				E	2
8	Teoria i metodyka sportów zespołowych (piłka nożna, piłka ręczna)	30						30	ZO	2
9	Przygotowanie motoryczne w sporcie/Trener personalny/Instruktor turystyki kwalifikowanej (do wyboru)	30						30	ZO	2
10	Fitnessowe formy ruchu (do wyboru)	30						30	ZO	2
12	Emisja głosu	30				30			ZO	2
13	Obóz letni specjalistyczny/Obóz turystyki kwalifikowanej (do wyboru)	80						80	ZO	6
	SUMA SEMESTR IV Sport na terenach górskich	440	60	15	45	150	0	170		30

SEMESTR V										
Lp.	Nazwa zajęć / modułu	Liczba godzin dydaktycznych							Forma weryfikacji	Punkty ECTS
		Σ	W	CA	CL	CW	PZ	ZR		
1	Język obcy	30			30				E	2
2	Podstawy prawne systemu edukacji	15		15					ZO	1
3	Podstawy przedsiębiorczości w sporcie i turystyce	30			30				E	2
4	Interpersonal communication	15				15			ZO	1
5	Podstawy medycyny sportu	15	15						ZO	1
6	Biomechanika	30	15			15			ZO	2
7	Odnowa biologiczna/Gimnastyka korekcyjna (do wyboru)	45	15			30			E	3
8	Turystyka zdrowotna	15	15						ZO	1
9	Metodyka wychowania fizycznego	45	15			30			E	3
10	Przygotowanie motoryczne w sporcie/Trener personalny/Instruktor turystyki kwalifikowanej (do wyboru)	30						30	ZO	2
11	Fitnessowe formy ruchu (do wyboru)	30						30	ZO	2
12	Pilotaż wycieczek/Przewodnik turystyczny (do wyboru)	60				60			E	4
13	Obóz zimowy specjalistyczny/Obóz turystyki kwalifikowanej (do wyboru)	70						70	ZO	4
14	Praktyka dydaktyczna	60					60		ZO	2
	SUMA SEMESTR V	490	75	15	60	150	60	130		30

SEMESTR VI										
Lp.	Nazwa zajęć / modułu	Liczba godzin dydaktycznych							Forma weryfikacji	Punkty ECTS
		Σ	W	CA	CL	CW	PZ	ZR		
1	Praktyka zawodowa	720					720		ZO	24
2	Przygotowanie do egzaminu dyplomowego i egzamin	15				15			ZO	6
	SUMA SEMESTR VI	735	0	0	0	15	720	0		30

SUMA

Objaśnienia:

W - wykłady

CA - ćwiczenia audytoryjne

CW - ćwiczenia w grupach warsztatowych

CL - ćwiczenia laboratoryjne, w tym ćwiczenia realizowane w specjalist. pracowni

ZR - zajęcia ruchowe

PZ - praktyki zawodowe

E - egzamin

ZO - zaliczenie z oceną

Z - zaliczenie

Łączna liczba godzin zajęć

Sem	W	CA	CL	CW	PZ	ZR	Σ	ECTS
I	125	30	90	85	0	120	450	30
II	90	0	90	105	60	175	520	30
III	75	0	30	90	120	215	530	30
IV	60	15	45	150	0	170	440	30
V	75	15	60	150	60	130	490	30
VI	0	0	0	15	720	0	735	30
Σ	425	60	315	595	960	810	3165	180
w tym praktyki zawodowe							960	32

kolor niebieski - standard nauczycielski

kolor zielony - podstawa programowa wychowania fizycznego