



LP.	NAZWA PRZEDMIOTU	Liczba godzin	ECTS	Forma zal	SEMESTR 1						SEMESTR 2						SEMESTR 3						SEMESTR 4								
					Forma zajęć				Forma zal	ECTS	Forma zajęć				Forma zal	ECTS	Forma zajęć				Forma zal	ECTS	Forma zajęć				Forma zal	ECTS			
					W	Ć	K	L/S			W	Ć	K	L/S			W	Ć	K	L/S			W	Ć	K	L/S			W	Ć	K
1	Specjalizacja 1 Aktywność ruchowa seniorów	Fizjologia starzenia się	18	2	zo										18	zo	2														
2		Podstawy geriatry	9	2	zo										9	zo	2														
3		Trening funkcjonalny	18	2	zo																18	zo	2								
4		Trening zdrowotny	18	2	zo																18	zo	2								
5		Psychologia starzenia się	9	2	zo																						9	zo	2		
6		Żywienie osób starszych	9	2	zo																						9	zo	2		
1	Specjalizacja 2 Trener personalny	Teoria i metodyka treningu sportowego	18	2	zo/zo							9			9	zo/zo	2														
2		Trening funkcjonalny	18	2	zo										18	zo	2														
3		Trening siłowy	9	1	zo																9	zo	1								
4		Żywienie i suplementacja w sporcie	18	3	zo/zo													9			9	zo/zo	3								
5		Trening medyczny	9	2	zo																						9	zo	2		
6		Trening wytrzymałościowy i cardio	9	2	zo																						9	zo	2		
1	Specjalizacja 3 Żywienie i suplementacja w sporcie	Elementy fizjologii żywienia	9	2	zo										9	zo	2														
2		Żywienie w zdrowiu	18	2	zo							18				zo	2														
3		Personalizacja programu odżywiania	9	1	zo																9	zo	1								
4		Żywienie w sporcie i rekreacji	18	3	zo/zo													9			9	zo/zo	3								
5		Niedozwolone substancje dopingujące w sporcie	9	1	zo/zo																						9	zo/zo	1		
6		Żywienie w profilaktyce chorób niezakaźnych	18	3	zo/zo																			9			9	zo/zo	3		

Moduł ogólny	507	74
Specjalizacja 1 - Aktywność ruchowa seniorów		
Specjalizacja 2 - Trener personalny	81	12
Specjalizacja 3 - Żywienie i suplementacja w sporcie		
Praktyki	360	17
<b>Łącznie</b>	<b>948</b>	<b>103</b>

<b>216</b>	30
<b>0</b>	0
<b>0</b>	0
<b>0</b>	0
<b>0</b>	0
<b>216</b>	30

<b>108</b>	22
27	4
36	4
27	4
80	4
<b>215</b>	<b>30</b>

90	10
36	4
27	4
27	4
200	9
<b>326</b>	<b>23</b>

<b>93</b>	12
18	4
18	4
27	4
80	4
<b>191</b>	<b>20</b>

<b>Łącznie bez praktyk</b>	<b>588</b>	<b>86</b>
----------------------------	------------	-----------

\*Praktyki

- semestr 2 - praktyka pedagogiczna śródroczna - 80 godz. w szkole ponadpodstawowej, realizacja 1 dzień w tygodniu
- praktyka pedagogiczna ciągła - 120 godz. w szkole ponadpodstawowej, wrzesień po 1 roku studiów
- semestr 3 - praktyka śródroczna - 80 godz. zgodnie ze specjalizacją, realizacja 1 dzień w tygodniu
- semestr 4 - praktyka śródroczna - 80 godz. zgodnie ze specjalizacją, realizacja 1 dzień w tygodniu