



AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH  
AKADEMICKIE CENTRUM KSZTAŁCENIA



**INFORMATOR** **STUDIA**  
**PODYDPLMOWE**  
**2023/2024**

**Akademia Wychowania Fizycznego  
im. Jerzego Kukuczki w Katowicach**

**Akademickie Centrum Kształcenia**

# **INFORMATOR**

**STUDIA PODYPLOMOWE**

(Plany ramowe)

Katowice, 2023/2024

# Spis treści

<b>INFORMACJE I ZAPISY</b> .....	<b>5</b>
----------------------------------	----------

<b>STUDIA PODYPLOMOWE</b> .....	<b>6</b>
---------------------------------	----------

1. Fizjoterapia i medycyna sportowa .....	7
2. Koordynator zespołu opiekuńczo-terapeutycznego osób starszych.....	8
3. Menedżer sportu i turystyki.....	9
4. Nowoczesne i tradycyjne formy w wellness i SPA.....	10
5. Odnowa biologiczna.....	11
6. Organizacja i kreowanie wydarzeń sportowych.....	12
7. Profilaktyka, kompensacja i korekcja postawy ciała w każdym wieku - <b>NOWOŚĆ</b> - ...	13
8. Taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej.....	14
9. Trener fitnessu i ćwiczeń siłowych .....	15
10. Trener mentalny w sporcie.....	16
11. Trener personalny .....	17
12. Trener przygotowania motorycznego w grach zespołowych .....	18
13. Trener przygotowania sprawnościowego dzieci i młodzieży - <b>NOWOŚĆ</b> - .....	19
14. Trener sportów walki .....	20
15. Trener sportu II klasy .....	21
16. Trener zdrowego stylu życia .....	23
17. Zarządzanie e-sportem.....	24
18. Zarządzanie w systemach ochrony zdrowia .....	25
19. Żywność i suplementacja osób aktywnych fizycznie.....	26

<b>PLANY STUDIÓW PODYPLOMOWYCH</b> .....	<b>27</b>
--	-----------

1. Fizjoterapia i medycyna sportowa .....	28
2. Koordynator zespołu opiekuńczo-terapeutycznego osób starszych.....	30
3. Menedżer sportu i turystyki.....	31
4. Nowoczesne i tradycyjne formy w wellness i SPA.....	33
5. Odnowa biologiczna.....	34
6. Organizacja i kreowanie wydarzeń sportowych.....	35
7. Profilaktyka, kompensacja i korekcja postawy ciała w każdym wieku .....	37
8. Taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej .....	39
9. Trener fitnessu i ćwiczeń siłowych .....	41
10. Trener mentalny w sporcie.....	42
11. Trener personalny .....	43
12. Trener przygotowania motorycznego w grach zespołowych .....	45
13. Trener przygotowania sprawnościowego dzieci i młodzieży.....	47
14. Trener sportów walki .....	49
15. Trener sportu II klasy .....	51
16. Trener zdrowego stylu życia .....	52
17. Zarządzanie e-sportem.....	53
18. Zarządzanie w systemach ochrony zdrowia .....	54
19. Żywność i suplementacja osób aktywnych fizycznie.....	56



**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH  
AKADEMICKIE CENTRUM KSZTAŁCENIA**



## INFORMACJE I ZAPISY

### **AKADEMICKIE CENTRUM KSZTAŁCENIA**

**Adres:**

ul. Mikołowska 72 a  
40-065 Katowice  
pokój nr 219 (nowa hala z pływalnią)

**Godziny przyjęć :**

od poniedziałku do piątku 9<sup>00</sup> – 14<sup>00</sup>

oraz w soboty wg grafiku dyżurów na portalu ACK

Telefon: (32) 207-51-19

(32) 207-53-38

e-mail: [k.czajor@awf.katowice.pl](mailto:k.czajor@awf.katowice.pl) ; [j.haber@awf.katowice.pl](mailto:j.haber@awf.katowice.pl)



**[ack.awf.katowice.pl](http://ack.awf.katowice.pl)**



**[facebook.com/ackawfkatowice](https://facebook.com/ackawfkatowice)**

Akademia Wychowania Fizycznego informuje, że dysponuje pewną liczbą miejsc **noclegowych w hotelu akademickim**. Osoby, które zamierzają nocować proszone są o wcześniejszą rezerwację miejsc pod numerem telefonu: (32) 207-54 00 lub (32) 207-54 01



**ACK**

**AKADEMICKIE  
CENTRUM KSZTAŁCENIA**

---

**STUDIA PODYPLOMOWE**

## 1. FIZJOTERAPIA I MEDYCYNA SPORTOWA

**Charakterystyka:** studia dla absolwentów kierunków fizjoterapia, medycyna, ratownictwo medyczne, pielęgniarstwo oraz kierunku wychowanie fizyczne (co najmniej I stopnia) posiadających dodatkowe uprawnienia w zakresie związanym z programem studiów (ukończone studia podyplomowe w zakresie: gimnastyka korekcyjno-kompensacyjna, dietetyka, żywienie i suplementacja osób aktywnych fizycznie, trener personalny, trener sportu, trener zdrowego stylu życia, odnowa biologiczna, ratownictwo medyczne).

Celem studiów jest przygotowanie do prowadzenia działań fizjotreningu w zespołowych i indywidualnych dyscyplinach sportowych oraz do pracy z osobami po urazach sportowych, jak również z osobami zdrowymi w zakresie profilaktyki i przygotowania sportowego. Studia mają również na celu pogłębienie wiedzy oraz umiejętności praktycznych osób zainteresowanych konkretną dyscypliną sportu oraz współpracą z podmiotami zajmującymi się szkoleniem sportowym, na różnych poziomach zaawansowania sportowego. Zdobyte kwalifikacje pozwolą na podejmowanie pracy w instytucjach sportowych, klubach fitness, ośrodkach i gabinetach odnowy biologicznej oraz SPA i Wellness.

W ramach zajęć proponujemy między innymi: anatomię funkcjonalną oraz fizjologię wysiłku sportowego, trening funkcjonalny, urazy sportowe, metody specjalne w fizjoterapii sportowej oraz operacyjne metody leczenia w traumatologii narządu ruchu, żywienie i suplementacja w fizjoterapii sportowej i pourazowej, czynniki fizykalne w fizjoterapii sportowej. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Krystyna Kwaśna, prof. AWF Katowice

**Czas trwania:** 2 semestry

zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 700 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych kierunku fizjoterapia, medycyna, ratownictwo medyczne, pielęgniarstwo lub wychowanie fizyczne co najmniej I stopnia (w przypadku kierunku WF dodatkowo świadectwo ukończenia studiów podyplomowych, potwierdzających dodatkowe uprawnienia).

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 2. KOORDYNATOR ZESPOŁU OPIEKUŃCZO-TERAPEUTYCZNEGO OSÓB STARSZYCH

**Charakterystyka:** studia dla absolwentów kierunków: fizjoterapia (co najmniej I stopnia), medycznych i pielęgniarstwo. Prowadzą do osiągnięcia efektów kształcenia w zakresie wiedzy i umiejętności związanej z rehabilitacją, pielęgnowaniem i terapią osób starszych (neurologia gerontologiczna, ortopedia gerontologiczna, reumatologia gerontologiczna, psychiatria gerontologiczna, profilaktyka i leczenie odleżyn). Ponadto dostarczyć mają wiedzy i kompetencji w zakresie zarządzania, promocji zdrowia, organizacji opieki zdrowotnej i życia osób w podeszłym wieku, farmakologii w gerontologii, werbalnego i niewerbalnego komunikowania się z osobą starszą.

Studia mają na celu pogłębienie wiedzy oraz umiejętności praktycznych niezbędnych do pracy z osobami starszymi, mieszkańcami domów opieki społecznej, pacjentami zakładów opiekuńczo-leczniczych oraz zakładów pielęgnacyjno-opiekuńczych, domów dziennego pobytu itp. Ponadto zdobyta wiedza teoretyczna oraz praktyczna dostarczyć ma umiejętności oraz kompetencji do kierowania zespołem terapeutyczno-opiekuńczym. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Agnieszka Nawrat-Szołtysik

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 700 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia kierunków fizjoterapia, medycznych lub pielęgniarstwo.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

### 3. MENEDŻER SPORTU I TURYSTYKI

**Charakterystyka:** studia dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia), przygotowują do pracy w firmach prywatnych, stowarzyszeniach sektora prywatnego oraz zakładach i jednostkach budżetowych sektora publicznego funkcjonujących w obszarze kultury fizycznej. W ramach zajęć proponujemy między innymi: zarządzanie sportem i turystyką, rachunkowość menedżerską, promocję, marketing, ubezpieczenia i etykę w zarządzaniu. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz dyplom menedżera sportu.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Piotr Halemba, prof. AWF Katowice

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 600,- PLN

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK dwóch zdjęć o wymiarach 35×45 mm.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.



## 4. NOWOCZESNE I TRADYCYJNE FORMY W WELLNESS I SPA

**Charakterystyka:** studia dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia) kierunków fizjoterapia, pielęgniarstwo i kosmetologia.

W odpowiedzi na poszerzający się rynek usług i rosnące zainteresowanie organizacjami Wellness i SPA. Głównym celem studiów staje się przygotowanie wysokiej klasy specjalistów do prac wykonawczych (praktycznych) w placówkach i organizacjach Wellness i SPA oraz do prac doradczych dla stanowisk kierowniczych i organizacyjnych.

Celem kształcenia jest: nabycie umiejętności projektowania usług zdrowotnych w sektorze Wellness i SPA. Przygotowanie absolwenta do świadomego planowania i stosowania zabiegów fizykalnych obejmujących działania odnawiające, rewitalizujące i pielęgnacyjne w ośrodkach Wellness i SPA. Absolwent kursu będzie przygotowany do pracy: w ośrodkach Wellness i SPA o szerokim spektrum zabiegów (Day SPA, MEDI SPA i Resort SPA), w ośrodkach odnowy biologicznej, uzdrowiskach. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Krystyna Kwaśna, prof. AWF Katowice

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 900 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia kierunków fizjoterapia, pielęgniarstwo lub kosmetologia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK oświadczenie o stanie zdrowia.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 5.ODNOWA BIOLOGICZNA

**Charakterystyka:** oferta wyłącznie dla absolwentów kierunków fizjoterapia, wychowanie fizyczne, sport, trener osobisty z dietetyka sportową, aktywność fizyczna w zdrowiu publicznym (co najmniej I stopnia). Celem studiów jest przygotowanie do prowadzenia zabiegów odnowy biologicznej zwłaszcza w klubach sportowych. W ramach zajęć proponujemy m.in.: podstawy traumatologii i ortopedii w odnowie biologicznej, psychologiczne podstawy odnowy biologicznej, metodykę i praktykę odnowy biologicznej. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Agnieszka Smykla

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 700 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia kierunków fizjoterapia, wychowanie fizyczne, sport, trener osobisty z dietetyka sportową, aktywność fizyczna w zdrowiu publicznym.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 6. ORGANIZACJA I KREOWANIE WYDARZEŃ SPORTOWYCH

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Studia przygotowują do sprawnej organizacji imprez sportowych oraz do efektywnego kreowania wydarzeń sportowych. W szczególności kierunek studiów oferujemy pracownikom firm prywatnych, fundacji i stowarzyszeń oraz zakładów i jednostek budżetowych sektora publicznego funkcjonujących w obszarze kultury fizycznej.

Absolwenci będą wszechstronnie przygotowani do pełnienia funkcji organizatora imprez sportowych oraz kreatora wydarzeń sportowych. Ich wiedza uzupełniona będzie między innymi o informacje z zakresu organizacji, marketingu i zarządzania wydarzeniami sportowymi oraz warsztaty dziennikarskie. W ramach zajęć proponujemy między innymi: metody i narzędzia promocji wydarzeń sportowych, wielofunkcyjne podejście do organizacji wydarzeń sportowych, podstawy dziennikarstwa, warsztaty z organizacji wydarzeń sportowych, podstawy prawa prasowego i autorskiego, warsztaty dziennikarskie. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Joanna Kantyka

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio - niedzielny

**Koszt jednego semestru:** 1 600 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 7. PROFILAKTYKA, KOMPENSACJA I KOREKCJA POSTAWY CIAŁA W KAŻDYM WIEKU

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów studiów (co najmniej I stopnia), w szczególności posiadających przygotowanie pedagogiczne. Cele i treści kształcenia studiów podyplomowych stanowią podstawę do nadania tytułu trenera gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej. Absolwentom posiadającym przygotowanie pedagogiczne kwalifikacja ta pozwala na prowadzenie zajęć korekcyjnych w szkołach i przedszkolach, wynikający z: rozporządzenia MEN z dnia 1 sierpnia 2017r. w sprawie szczególnych kwalifikacji wymaganych od nauczycieli (Dz.U. 2020 poz. 1289); rozporządzenia MEiN z dnia 25 lipca 2019 r. w sprawie standardu kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela (Dz.U. 2021 poz. 890). Ponadto, absolwent posiadający trenera gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej może współpracować przy wszelkiego rodzaju projektach unijnych, przy których wymagane jest wykazanie uprawnieniami zawodowymi instruktora rekreacji. Absolwent będzie posiadał kompetencje i kwalifikacje do prowadzenia zajęć kompensacyjno-korekcyjnych w przedszkolach, szkołach, w związkach sportowych, ośrodkach sportu i rekreacji, ośrodkach kultury, różnego rodzaju klubach sportowych i rekreacyjnych, a także klubach komercyjnych z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi z uwzględnieniem ich specyficznych i specjalnych potrzeb edukacyjnych w gimnastyce profilaktycznej, kompensacyjnej i korekcji wad postawy. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz legitymację trenera AWF Katowice gimnastyki korekcyjno-kompensacyjnej

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe - kwalifikacyjne

**Koordynator studiów:** dr hab. Anna Zwierzchowska, prof. AWF Katowice

**Czas trwania:** 3 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** rekrutacja od 28 czerwca 2023 r.

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skanu dyplomu ukończenia studiów wyższych (zalecane ukończone studia uprawniające do wykonywania zawodu nauczyciela), oświadczenie o właściwym stanie zdrowia, oświadczenie o niekaralności, zdjęcie legitymacyjne – wyłącznie w wersji elektronicznej (j.haber@awf.katowice.pl).

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 8. TANIEC I ARTYSTYCZNE FORMY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Celem studiów jest przygotowanie do prowadzenia różnych rodzajów zajęć ruchowych z wykorzystaniem tańca i muzyki, zapoznanie z różnymi formami ruchu, oraz innymi niewerbalnymi technikami ruchu i dźwięku. W ramach zajęć proponujemy między innymi: kompozycje ruchowe, techniki taneczne, techniki gimnastyczne z muzyką (podstawy aerobiku i stepu), techniki relaksacyjne, pantomima. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz **legitymację instruktora rekreacji ruchowej AWF fitness – nowoczesne formy gimnastyki**.

**Dodatkowe informacje:** Osoby, które nie są absolwentami kierunków: wychowanie fizyczne (co najmniej I stopnia), kierunku sport, turystyka i rekreacja (co najmniej I stopnia), aktywność fizyczna i żywienie w zdrowiu publicznym lub trener osobisty z dietetyką sportową lub nie posiadają uprawnień instruktora rekreacji ruchowej z innej specjalności – w celu uzyskania uprawnień instruktora rekreacji ruchowej AWF w w/w specjalności, muszą zrealizować część teoretyczną kursu instruktora rekreacji ruchowej AWF (organizowaną w Akademickim Centrum Kształcenia).

**Część teoretyczna jest dodatkowo płatna.**

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Artur Fredek

**Czas trwania:** 3 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 700 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK skan legitymacji instruktora rekreacji ruchowej AWF w dowolnej dyscyplinie (w przypadku posiadania takich uprawnień), oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych oraz zdjęcia legitymacyjnego – **koniecznie w wersji elektronicznej** ([j.haber@awf.katowice.pl](mailto:j.haber@awf.katowice.pl)).

## 9. TRENER FITNESSU I ĆWICZEŃ SIŁOWYCH

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Celem studiów jest przygotowanie do prowadzenia zajęć z fitness oraz ćwiczeń siłowych. W ramach zajęć proponujemy między innymi: ćwiczenia aerobowe, ćwiczenia wytrzymałościowo-siłowe, gibkościowe i relaksacyjne, elementy treningu siły mięśniowej, kształtowanie sylwetki, aqua fitness. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz **dwie legitymacje: instruktora rekreacji ruchowej AWF fitness – nowoczesne formy gimnastyki i instruktora rekreacji ruchowej AWF fitness – ćwiczenia siłowe.**

**Dodatkowe informacje:** *Dodatkowe informacje: Osoby, które nie są absolwentami kierunków: wychowanie fizyczne (co najmniej I stopnia), kierunku sport, turystyka i rekreacja (co najmniej I stopnia), aktywność fizyczna i żywienie w zdrowiu publicznym lub trener osobisty z dietetyką sportową lub nie posiadają uprawnień instruktora rekreacji ruchowej z innej specjalności – w celu uzyskania uprawnień instruktora rekreacji ruchowej AWF w w/w specjalnościach, muszą zrealizować część teoretyczną kursu instruktora rekreacji ruchowej AWF (organizowaną w Akademickim Centrum Kształcenia).*

**Część teoretyczna jest dodatkowo płatna.**

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Lidia Kuba

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 800 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK skan legitymacji instruktora rekreacji ruchowej AWF w dowolnej dyscyplinie (w przypadku posiadania takich uprawnień), oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych oraz zdjęcia legitymacyjnego – **koniecznie w wersji elektronicznej** ([j.haber@awf.katowice.pl](mailto:j.haber@awf.katowice.pl)).

## 10. TRENER MENTALNY W SPORCIE

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Studia skierowane są do trenerów pracujących ze sportowcami profesjonalnymi, amatorami, zespołami sportowymi, nauczycieli wychowania fizycznego, animatorów sportu oraz wszystkich osób, dla których ważne jest wsparcie sportowców oraz osób aktywnych fizycznie w zakresie przygotowania mentalnego oraz własnego rozwoju.

Studia mają na celu wyposażenie osób pracujących ze sportowcami w nowoczesne metody i techniki wspierające osiągnięcie mistrzostwa, narzędzia kształtowania i wpływu na relacje z zawodnikami, sztabem trenerskim, zarządem klubu. Dzięki udziałowi w zajęciach uczestnicy będą potrafili skutecznie i samodzielnie radzić sobie w kluczowych momentach ich współpracy z zawodnikami i zespołami oraz zrozumieć w jaki sposób zbudować relacje oparte na zaufaniu, dzięki lepszemu poznaniu siebie i swojego wpływu na zawodników.

Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** mgr Tomasz Kaczmarek

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 2 000 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 11. TRENER PERSONALNY

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Celem studiów jest przygotowanie do wykonywania zawodu trenera personalnego. W ramach zajęć proponujemy między innymi: kształtowanie sylwetki ciała, metody treningowe stosowane w sporcie i rekreacji, fizjologia i anatomia wysiłku, identyfikacja potencjału motorycznego klienta, dietetyczne i suplementacyjne wspomaganie w sporcie i rekreacji. Studia mają na celu pogłębienie wiedzy oraz umiejętności praktycznych osób zainteresowanych planowaniem i programowaniem treningu oraz współczesnymi trendami jego realizacji. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz legitymację trenera personalnego AWF Katowice.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr hab. Artur Gołaś, prof. AWF Katowice

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 2 000 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK skan dyplomu trenera sportu lub legitymacji instruktora sportu (w przypadku posiadania takich uprawnień), oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych oraz zdjęcie legitymacyjne – wyłącznie w wersji elektronicznej ([j.haber@awf.katowice.pl](mailto:j.haber@awf.katowice.pl)).

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.



## 12. TRENER PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO W GRACH ZESPOŁOWYCH

**Charakterystyka:** studia dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Przygotowują do pracy w klubach sportowych w zakresie przygotowania motorycznego w grach zespołowych. W programie studiów m.in.: monitorowanie obciążeń treningowych, kształtowanie zdolności motorycznych (wytrzymałość, siła, szybkość, koordynacyjne zdolności motoryczne), diagnostyka wydolności, programowanie i indywidualizacja przygotowania motorycznego, żywienie i suplementacja, profilaktyka i rehabilitacja urazów. Oferta obejmuje następujące gry: piłka nożna, piłka ręczna, piłka siatkowa, koszykówka, hokej na lodzie, hokej na trawie. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz legitymację trenera AWF Katowice przygotowania motorycznego w grach zespołowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Miłosz Drozd

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio - niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 900 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK skan dyplomu trenera sportu lub legitymacji instruktora sportu (w przypadku posiadania takich uprawnień), oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych oraz zdjęcie legitymacyjne – wyłącznie w wersji elektronicznej ([j.haber@awf.katowice.pl](mailto:j.haber@awf.katowice.pl)).

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 13. TRENER PRZYGOTOWANIA SPRAWNOŚCIOWEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Celem studiów jest podniesienie kompetencji uczestnika w zakresie przygotowania sprawnościowego dzieci i młodzieży w akademiach i klubach sportowych. Absolwent pogłębi wiedzy oraz umiejętności praktycznych z zakresu wszechstronnego i ukierunkowanego treningu dzieci i młodzieży. Program uwzględnia specyfikę kształtowania zdolności motorycznych u dzieci i młodzieży, ma na celu również profilaktykę urazów oraz harmonijny rozwój zdolności motorycznych niezbędnych do uprawiania w przyszłości wybranych dyscyplin sportowych. W ramach zajęć proponujemy między innymi: kształtowanie siły i mocy dzieci i młodzieży, kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych dzieci i młodzieży, usprawnienie ruchowe dzieci i młodzieży, żywienie dzieci i młodzieży, psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz legitymację trenera AWF Katowice przygotowania sprawnościowego dzieci i młodzieży.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Mariola Gepfert

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** rekrutacja od 28 czerwca 2023 r.

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK skan dyplomu trenera sportu lub legitymacji instruktora sportu (w przypadku posiadania takich uprawnień), oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych, oświadczenia o niekaralności oraz zdjęcie legitymacyjne – wyłącznie w wersji elektronicznej (j.haber@awf.katowice.pl). Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 14. TRENER SPORTÓW WALKI

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Celem studiów jest uzyskanie wiedzy oraz nabycie lub pogłębienie umiejętności związanych z teorią i praktyką w wybranych sportach walki, planowaniem i programowaniem treningu oraz współczesnymi trendami jego realizacji, fizjologią wysiłku fizycznego, żywieniem i suplementacją w sporcie, odnową biologiczną, wizerunkiem i dbałością o relacje z klientami. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz legitymację trenera sportów walki AWF Katowice.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordinator studiów:** dr Maciej Kostrzewa

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 800 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – Instrukcja „Jak się zapisać”. W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK skan dyplomu trenera sportu lub legitymacji instruktora sportu (w przypadku posiadania takich uprawnień), oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych oraz zdjęcie legitymacyjne – wyłącznie w wersji elektronicznej (j.haber@awf.katowice.pl).

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 15. TRENER SPORTU II KLASY

lub zgodnie z nazewnictwem Polskich Związków Sportowych w określonym sporcie

**Charakterystyka:** studia dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia) posiadających stopień instruktora sportu w odpowiedniej dyscyplinie lub klasę sportową wraz z rekomendacją właściwego polskiego związku sportowego. Zgodnie z porozumieniem rektorów akademii wychowania fizycznego w Polsce absolwent kursu nabywa kompetencje umożliwiające planowanie, programowanie i prowadzenie zajęć treningowych. W ramach zajęć proponujemy m.in.: fizjologię wysiłku, żywienie i odnowę biologiczną, teorię treningu sportowego, zarządzanie sportem, teorię i praktykę dyscypliny sportowej.

**Oferta obejmuje:**

- akrobatykę sportową,
- biathlon,\*
- boks,
- gimnastykę sportową,
- hokej na lodzie,\*\*
- kajakarstwo klasyczne,\*\*
- lekką atletykę,\*
- narciarstwo alpejskie,\*\*
- narciarstwo biegowe,\*\*
- piłkę nożną (+ Grassroots „C”) ,\*
- piłkę ręczną (poziom 2 RINCK Convention),
- piłkę siatkową,
- koszykówkę (trener – licencja B),\*
- pływanie,\*
- snowboard,\*\*
- szermierkę,
- tenis ziemny.\*

Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz **dyplom trenera sportu w wybranej dyscyplinie**.

---

\* udział w kursie może wiązać się z dodatkowymi kosztami wynikającymi z opłat koncesyjnych, wymaganych przez polskie związki sportowe. O szczegóły proszę pytać w biurze ACK AWF Katowice

\*\* udział w tych kursach może wiązać się z dodatkowymi kosztami wynikającymi ze specyfiki dyscypliny (np. noclegi; wypożyczenia sprzętu, w przypadku nie posiadania własnego; karnety na wyciągi narciarskie itp.). O szczegóły proszę pytać w biurze ACK AWF Katowice

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe - kwalifikacyjne

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym lub jako sesje zjazdowe

**Koszt taki sam jak kursu trenera sportu – ceny na portalu**

**Zasady naboru:** dostarczenie do Akademickiego Centrum Kształcenia podania – zgłoszenia (do pobrania ze strony [www.ack.awf.katowice.pl](http://www.ack.awf.katowice.pl)), skanu świadectwa ukończenia szkoły średniej, skanu legitymacji instruktora sportu (honorowanej przez dany polski związek sportowy), zaświadczenia o zatrudnieniu w charakterze instruktora sportu przez określony okres (konieczność przedłożenia zaświadczenia uzależniona od decyzji poszczególnych związków sportowych).

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych, oświadczenie o niekaralności oraz dwóch zdjęć o wymiarach 35×45 mm.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 16. TRENER ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

**Charakterystyka:** Studia dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia), chcących podnosić poziom edukacji z zakresu zdrowego stylu życia. Zostały opracowane w odpowiedzi na znaczący wzrost zachorowalności społeczeństwa na choroby cywilizacyjne, prezentowanie złych nawyków żywieniowych, niską aktywność fizyczną, rozwój cywilizacji i transportu, niski poziom wiedzy prozdrowotnej (również w aspekcie prewencji), niską świadomość celowego programowania aktywności fizycznej, metod wypoczynku i technik relaksacji oraz brak wiedzy na temat samorozwoju i realizacji. Absolwent będzie posiadał wiedzę na temat zindywidualizowanego zdrowego odżywiania i wyrabiania nawyków żywieniowych. Pozna najlepsze sposoby na rozwijanie celowej aktywności ruchowej, dostosowanej do potrzeb i okresu życia jednostki. Zapozna się z psychogennymi uwarunkowaniami stresu oraz skutecznymi metodami walki z nim. Pozna metody regeneracji organizmu wraz z innowacyjnymi metodami SPA i Wellness. Przyswoi wybrane metody z zakresu negocjacji interpersonalnych, samorealizacji i rozwoju osobistego i zawodowego. Studia umożliwiają pracę w charakterze propagatora zdrowego stylu życia w ośrodkach zdrowia, szkołach, klubach fitness i ośrodkach SPA. W ramach studiów proponujemy między innymi: profilaktyka chorób cywilizacyjnych, psychologiczne aspekty aktywności fizycznej, indywidualne metody modelowania sylwetki, yoga psychofizyczna, fitness – Total Body Condition. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych oraz legitymację trenera zdrowego stylu życia AWF Katowice.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Beata Manowska

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 600 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Po otrzymaniu informacji o uruchomieniu wybranych studiów podyplomowych należy dostarczyć do biura ACK oświadczenie o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zajęciach praktycznych oraz zdjęcie legitymacyjne – wyłącznie w wersji elektronicznej ([j.haber@awf.katowice.pl](mailto:j.haber@awf.katowice.pl)).

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 17. ZARZĄDZANIE E-SPORTEM

**Charakterystyka:** Studia dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia), którzy są zainteresowani tematyką e-sportu. W sposób szczególny oferta kierowana jest do osób, których obecne lub przyszłe obowiązki zawodowe dotyczyć będą zagadnień związanych ze sportem elektronicznym. Celem studiów jest zwiększenie wiedzy i umiejętności uczestników w zakresie funkcjonowania rynku e-sportowego, organizacji w nim uczestniczących, procesu treningowego, organizacji wydarzeń e-sportowych i wielu innych aspektów wskazujących na potrzebne zasoby i sposoby ich wykorzystania w procesie zarządzania. Oprócz przedstawicieli AWF Katowice wśród osób prowadzących zajęcia znajdują się liczni przedstawiciele organizacji z powodzeniem działających na rynku e-sportowym. Dzięki temu uczestnicy otrzymają praktyczną wiedzę dotyczącą poruszanych zagadnień, którą będą mogli wykorzystać w miejscu pracy, niezależnie czy pracę powiązaną z e-sportem będą wykonywać w klubach sportowych, szkołach, stowarzyszeniach czy prywatnych firmach. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Michał Kucharski

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane są w systemie sobotnio-niedzielnym w trybie zdalnym (online)

**Koszt jednego semestru:** 1 600 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.

## 18. ZARZĄDZANIE W SYSTEMACH OCHRONY ZDROWIA

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Studia skierowane są do osób pracujących w publicznych i niepublicznych podmiotach opieki zdrowotnej, instytucjach związanych ze zdrowiem publicznym, ubezpieczeniami zdrowotnymi, oraz wszystkich zainteresowanych, dla których ważnym elementem pracy zawodowej jest posiadanie kompetencji w zakresie organizacji i zarządzania w systemach ochrony zdrowia.

Celem studiów jest przekazanie uczestnikom wiedzy oraz wyrobienie umiejętności niezbędnych do kompleksowego zarządzania organizacjami działającymi w infrastrukturze ochrony zdrowia (np. szpital, dom pomocy społecznej) w zakresie ekonomiki i finansów, promocji zdrowia, kontraktowania świadczeń medycznych. Uczestnicy poznają priorytety polityki zdrowotnej w Polsce i UE, prawne podstawy oraz infrastrukturę ochrony zdrowia.

Atutem naszych studiów jest prowadzenie zajęć przez wieloletnich praktyków w zakresie pozyskiwania funduszy, kontraktowania świadczeń medycznych, zarządzania jakością i ryzykiem, zarządzania kapitałem ludzkim w systemach ochrony zdrowia. Część kadry dydaktycznej posiada również dorobek naukowy w obszarach medycznych i nauk o zdrowiu. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Agnieszka Chęcińska-Kopiec

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 600 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.



## 19. ŻYWIENIE I SUPLEMENTACJA OSÓB AKTYWNYCH FIZYCZNIE

**Charakterystyka:** oferta dla absolwentów szkół wyższych (co najmniej I stopnia). Celem studiów jest przekazanie wiedzy na temat zdrowego odżywiania, dietetyki oraz suplementacji diety w sporcie i rekreacji, pomocnej dla osób chcących zostać doradcą żywieniowo-suplementacyjnym. W ramach zajęć proponujemy między innymi: podstawy żywienia w sporcie i rekreacji, podstawy treningu sportowego i zdrowotnego, doping w sporcie, suplementacja w sporcie i rekreacji, diagnostyka laboratoryjna w dietetyce, psychodietetyka, planowanie żywienia w sporcie, diagnostyka i regulacja masy i składu ciała. Absolwenci otrzymują świadectwo ukończenia studiów podyplomowych.

**Rodzaj studiów** – studia podyplomowe

**Koordynator studiów:** dr Grzegorz Zydek

**Czas trwania:** 2 semestry

Zajęcia realizowane w systemie sobotnio – niedzielnym

**Koszt jednego semestru:** 1 700 zł

**Zasady naboru:** kandydatów obowiązuje internetowa rejestracja w systemie IRK ([www.rekrutacja.awf.katowice.pl](http://www.rekrutacja.awf.katowice.pl)) – [Instrukcja „Jak się zapisać”](#). W trakcie procesu rekrutacji na wybrany kierunek w systemie IRK, należy zamieścić następujące dokumenty jako załączniki: podanie o przyjęcie na studia podyplomowe wygenerowane z systemu IRK (po zapisaniu się na studia podyplomowe), skan dyplomu ukończenia studiów wyższych co najmniej I stopnia.

Przyjęcie odbywa się na podstawie analizy dostarczonych dokumentów i kolejności zgłoszeń.



**ACK**

**AKADEMICKIE  
CENTRUM KSZTAŁCENIA**

---

**PLANY  
STUDÓW  
PODYPLOMOWYCH**

## 1. FIZJOTERAPIA I MEDYCYNĄ SPORTOWA

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I		Sem. II		Zal/Egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	W	Ćw	
1.	Aspekty anatomii funkcjonalnej oraz fizjologia wysiłku sportowego z patofizjologią gojenia tkanek organizmu	10	-	2	10	-	-	-	Zal-O
2.	Diagnostyka obrazowa w medycynie sportowej- nowoczesne obrazowanie	-	20	3	-	20	-	-	Zal-O
3.	Specyfika urazów sportowych – występowanie, etiologia i programy ich rehabilitacji	10	9	2,5	10	9	-	-	Zal-O
4.	Diagnostyka funkcjonalna w deficytach narządu ruchu	-	10	1	-	10	-	-	Zal- O
5.	Trening funkcjonalny	-	10	2	-	10	-	-	Zal- O
6.	Kształtowanie siły mięśniowej - trening plajometryczny w fizjoterapii sportowej oraz Stretching i jego zastosowanie w mikrocyklu treningowym	-	20	2,5	-	-	-	20	Zal-O
7.	Metody specjalne w fizjoterapii sportowej oraz operacyjne metody leczenia w traumatologii narządu ruchu	6	20	3	6	20	-	-	Zal-O
8.	Programowanie i kształtowanie zdolności motorycznych zawodników w powrocie po kontuzjach.	-	20	3	-	-	-	20	Zal-O
9.	Wspomaganie w fizjoterapii pourazowej na podstawie testów wydolności tlenowej i beztlenowej u młodych oraz kwalifikowanych sportowców oraz metody diagnostyczne w treningu sportowym i ich zastosowanie	-	20	3	-	-	-	20	Zal-O
10.	Czynniki fizyczne w fizjoterapii sportowej. Rola fizjoterapeuty w zespole medycznym. Kinesiotaping, taping oraz alternatywne metody plastrowania	-	20	3	-	-	-	20	Zal-O

11.	Psychologia i techniki relaksacyjne w rehabilitacji sportowej	-	10	1	-	10	-	-	Zal-O
12.	Żywnienie i suplementacja w fizjoterapii sportowej i pourazowej	-	10	1	-	-	-	10	Zal-O
	<b>Razem</b>	26	169	27	26	79	-	90	
	<b>Godziny kontaktowe</b>	<b>208</b>	<b>26/169- ECTS – 7,5</b>						
	<b>Praktyka</b>	<b>52</b>	<b>52 - ECTS - 2</b>						
	<b>Egzamin końcowy</b>	<b>13</b>	<b>13 - ECTS – 0,5</b>						
	<b>Praca własna</b>	<b>520</b>	<b>520 ECTS – 20</b>						
	<b>Suma</b>		<b>780 – ECTS - 30</b>						

## 2. KOORDYNATOR ZESPOŁU OPIEKUŃCZO- TERAPEUTYCZNEGO OSÓB STARSZYCH

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw.	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Podstawy geriatricy. Farmakologia w geriatricy.	13	-	4	13	-	4	-	-	-	Z – I
2.	Wielkie problemy geriatriczne. Onkologia i opieka terminalna w geriatricy. Dokumentacja geriatriczna.	26	13	6	26	13	6	-	-	-	E – I
3.	Podstawy zarządzania. Organizacja opieki zdrowotnej i życia osób starszych	13	13	6	13	13	6	-	-	-	E – I
4.	Podstawy prawa i etyka w gerontologii	13	-	2	-	-	-	13	-	2	Z - II
5.	Podstawy psychiatrii i komunikacji w gerontologii	13	13	2,5	-	-	-	13	13	2.5	Z - II
6.	Promocja zdrowia osób starszych.	13	-	3	-	-	-	13	-	3	Z – II
7.	Pielęgnowanie osób starszych.	13	39	10	13	13	1	-	26	9	E – II
8.	Diagnostyka funkcjonalna i fizjoterapia osób starszych.	13	52	11	13	13	1	-	39	10	E – II
9.	Terapia zajęciowa	-	13	2,5	-	-	-	-	13	2.5	Z – II
<b>Razem</b>		<b>117</b>	<b>143</b>	<b>47</b>	<b>78</b>	<b>52</b>	<b>18</b>	<b>39</b>	<b>91</b>	<b>29</b>	
		<b>260</b>			<b>130</b>			<b>130</b>			
Praktyka			78	3	26/13			26/13			Z / II
Praca dyplomowa			260	10							E / III
<b>Razem ECTS</b>		<b>540</b>		<b>60</b>			<b>18</b>			<b>29</b>	

### 3. MENEDŻER SPORTU I TURYSTYKI

Lp	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Podstawy zarządzania i ekonomii	12	-	2	12	-	2	-	-	-	Z-I
2.	Podstawy turystyki i sportu	12	-	2	12	-	2	-	-	-	Z-I
3.	Marketing i promocja w sporcie i turystyce	12	-	2	12	-	2	-	-	-	Z-I
4.	Zarządzanie finansami w organizacjach sportowych i turystycznych	10	-	1	10	-	1	-	-	-	Z-I
5.	System ubezpieczeń w sporcie i turystyce	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z-I
6.	Badania rynkowe w sporcie i turystyce	10	-	1	10	-	1	-	-	-	Z-I
7.	Prawo w sporcie i turystyce	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
8.	Pozyskiwanie i zarządzanie środkami unijnymi w sporcie i turystyce	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z-I
9.	Bezpieczeństwo w turystyce i sporcie	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z-I
10.	Zarządzanie kapitałem ludzkim	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z-I
11.	Komunikacja medialna	10	-	1	10	-	1	-	-	-	Z-I
12.	Produkty innowacyjne w sporcie i turystyce	10	-	1	-	-	-	10	-	1	Z-II
13.	Instytucje państwowe i samorządowe w sporcie i turystyce	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
14.	Psychologiczne mechanizmy zachowań w organizacji	10	-	1	-	-	-	10	-	1	Z-II
15.	Przedsięwzięcia dochodowe w sporcie i turystyce	12	-	2	-	-	-	12	-	2	Z-II
16.	Zarządzanie informacją w sporcie i turystyce	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
17.	Etyka w zarządzaniu sportem i turystyką	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
18.	Sztuka porozumiewania się w biznesie	10	-	1	-	-	-	10	-	1	Z-II
19.	Partnerstwo publiczno–prywatne w sporcie i turystyce	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II

20.	Kontrole i audyt w organizacjach sportowych i turystycznych	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
21.	Modele matematyczne w sporcie i turystyce	10	-	1	-	-	-	10	-	1	Z-II
22.	Zarządzanie osobowością menedżerską	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
23.	Egzamin końcowy		-	4	-	-	-	-	-	4	E-II
	<b>RAZEM :</b>	<b>200</b>	<b>-</b>	<b>30</b>	<b>104</b>	<b>-</b>	<b>14</b>	<b>96</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	

#### 4. NOWOCZESNE I TRADYCYJNE FORMY W WELLNESS I SPA

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I		Sem. II		Zal/Egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	W	Ćw	
1.	Zarządzanie organizacjami Wellness i SPA	13	26	3,5	13	26	-	-	E-O
2.	Promocja zdrowia w oparciu o podstawy fizjologii i fizjologii trawienia	13	20	3,5	13	20	-	-	Z-O
3.	Żywnienie w Wellness i SPA	13	19	4,0	13	19	-	-	Z-O
4.	Bodziec mechaniczny (masaż, presoterapia) w Wellness i SPA teoria i praktyka	13	52	4,5	13	52	-	-	Z-O
5.	Metody fizykalne Wellness i SPA teoria i praktyka	13	52	5,5	-	-	13	52	E-O
6.	Wybrane formy aktywności fizycznej w promocji zdrowia	13	26	3	-	-	13	26	Z-O
7.	Egzamin końcowy	-	26	2,5	-	-	-	26	E-O
<b>Razem</b>		<b>78</b>	<b>221</b>	<b>26,5</b>	<b>52</b>	<b>117</b>	<b>26</b>	<b>104</b>	
		<b>299</b>			<b>169</b>		<b>130</b>		
7.	Praktyka	-	91	3,5	-	-	-	91	Z-O
<b>Suma</b>		<b>390</b>			<b>30</b>		<b>169</b>		<b>221</b>



## 5. ODNOWA BIOLOGICZNA

Lp	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz	
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS		
1.	Teoria odnowy biologicznej	30	-	5	30	-	5	-	-	-	ZI	
2.	Podstawy traumatologii i ortopedii w odnowie biologicznej	15	-	3	15	-	3	-	-	-	ZI	
3.	Wybrane zagadnienia teorii treningu sportowego	15	-	3	15	-	3	-	-	-	ZI	
4.	Psychologiczne podstawy odnowy biologicznej	15	-	3	15	-	3	-	-	-	ZI	
5.	Metodyka i praktyka odnowy biologicznej	-	125	11	-	-	-	-	125	11	EII	
<b>Razem</b>		<b>75</b>	<b>125</b>	<b>-</b>	<b>75</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>125</b>	<b>-</b>		
		<b>200</b>			<b>75</b>			<b>125</b>				
	Praktyka	30	-	5	-	-	-	-	30	5	ZII	
	<b>Suma</b>	<b>230</b>			<b>30</b>			<b>75</b>			<b>14</b>	
					<b>155</b>			<b>16</b>				

## 6. ORGANIZACJA I KREOWANIE WYDARZEŃ SPORTOWYCH

Lp	Przedmiot	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Wprowadzenie do zarządzania i marketingu	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Zal
2.	Charakterystyka i rodzaje wydarzeń	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Zal
3.	Podstawy sportu	4	-	1	4	-	1	-	-	-	Zal
4.	Wielofunkcyjne podejście do organizacji wydarzeń sportowych	-	8	1	-	8	1	-	-	-	Zal-O
5.	Komunikacja interpersonalna	4	-	1	4	-	1	-	-	-	Zal
6.	Skuteczny menadżer we współczesnej rzeczywistości	4	-	1	4	-	1	-	-	-	Zal
7.	Podstawy dziennikarstwa	4	-	1	4	-	1	-	-	-	Zal
8.	Prawne aspekty organizacji wydarzeń sportowych	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Zal
9.	Zarządzanie projektami	-	8	1	-	8	1	-	-	-	Zal-O
10.	Bezpieczeństwo wydarzeń sportowych	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Zal
11.	Metody i narzędzia promocji wydarzeń sportowych	-	6	1	-	6	1	-	-	-	Zal-O
12.	Sponsoring wydarzeń sportowych	-	6	1	-	6	1	-	-	-	Zal-O
13.	Warsztaty z organizacji wydarzeń sportowych	-	16	1	-	16	1	-	-	-	Zal-O
14.	Negocjacje	4	-	1	-	-	-	4	-	1	Zal
15.	Zarządzanie zespołem	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Zal
16.	Rola i zadania rzeczownika organizacji	-	6	1	-	-	-	-	6	1	Zal-O
17.	Relacje i współpraca z mediami	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Zal
18.	Analiza i ocena skuteczności wydarzeń sportowych	-	6	1	-	-	-	-	6	1	Zal-O
19.	Wydarzenia sportowe	-	8	1	-	-	-	-	8	1	Zal-O
20.	Współpraca z podmiotami przestrzeni sportowej	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Zal

21.	Rola wydarzeń w kreowaniu wizerunku regionów	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Zal
22.	Wydarzenia sportowe osób niepełnosprawnych	4	-	1	-	-	-	4	-	1	Zal
23.	Plan biznesowy wydarzeń sportowych	-	8	1	-	-	-	-	8	1	Zal-O
24.	Jakość wydarzeń sportowych	-	6	1	-	-	-	-	6	1	Zal-O
25.	Jakość wydarzeń sportowych	-	6	1	-	-	-	-	6	1	Zal-O
26.	Podstawy prawa prasowego i autorskiego	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Zal
27.	Warsztaty dziennikarskie	-	16	1	-	-	-	-	16	1	Zal-O
	<b>Egzamin końcowy</b>	-	-	3	-	-	-	-	-	3	E-O
<b>RAZEM :</b>		<b>86</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	46	44	13	40	56	17	-
		<b>186</b>			<b>90</b>			<b>96</b>			

## 7. PROFILAKTYKA, KOMPENSACJA I KOREKCJA POSTAWY CIAŁA W KAŻDYM WIEKU

Lp	Przedmiot/moduł	Godziny			Sem. I			Sem. II			Sem III			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Anatomia	8	18	2	8	18	2							E-I
2.	Fizjologia	6	10	1				6	10	1				Z-II
3.	Biomedyczne podstawy profilaktyki, kompensacji i korekcji	4	6	1	4	6	1							Z-I
4.	Biomechanika wad postawy	4	9	1	4	9	1							Z-I
5.	Wady postawy ciała	8	28	3	4	18	2	4	10	1				E-II
6.	Diagnostyka wad postawy		38	3		8	1		16	1		14	1	E-III
7.	Metodyka zajęć ruchowych	4	17	2	4	17	2							Z-I
8.	Metodyka postępowania profilaktycznego i kompensacyjno-korekcyjnego	6	46	4				6	23	2		23	2	E-III
9.	Kinezylogia edukacyjna w profilaktyce, kompensacji i korekcji		10	1								10	1	Z-III
10.	Podstawy treningu medycznego	6	12	2				6	12	2				Z-II
11.	Profilaktyka, kompensacja i korekcja w dysharmonii morfofunkcjonalnej	6	24	2							6	24	2	Z-III
12.	Gry i zabawy ruchowe w gimnastyce korekcyjno-kompensacyjnej		10	1					10	1				Z-II
13.	Pływanie w profilaktyce, kompensacji i korekcji		10	1					10	1				Z-II
14.	Management w profilaktyce, kompensacji i korekcji		10	1					10	1				Z-II
<b>Razem</b>		<b>52</b>	<b>248</b>	<b>25</b>	<b>24</b>	<b>76</b>	<b>9</b>	<b>22</b>	<b>101</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>71</b>	<b>6</b>	
		<b>300</b>			<b>100</b>			<b>123</b>			<b>77</b>			

Lp	Przedmiot/moduł	Godziny			Sem. I			Sem. II			Sem III			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
15.	PRAKTYKA semestr 2 (Profilaktyka, kompensacja i korekcja dzieci i młodzieży)		60	3					60	3				Z-III
16.	PRAKTYKA semestr 3 (Profilaktyka, kompensacja i korekcja osób dorosłych i starszych)		30	2								30	2	Z-III
<b>RAZEM</b>		<b>50</b>	<b>340</b>	<b>31</b>	<b>32</b>	<b>80</b>	<b>11</b>	<b>18</b>	<b>165</b>	<b>13</b>		<b>95</b>	<b>7</b>	
		<b>390</b>			<b>112</b>			<b>183</b>			<b>95</b>			

## 8. TANIEC I ARTYSTYCZNE FORMY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			Sem III			zał/ egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	<b>Techniki taneczne i metodyka ich nauczania</b>													
	a) taniec klasyczny	-	15	1	-	15	1	-	-	-	-	-	-	ZI
	b) taniec charakterystyczny	-	15	1	-	15	1	-	-	-	-	-	-	ZI
	c) taniec nowoczesny	-	15	1	-	-	-	-	-	-	-	15	1	ZIII
	d) taniec towarzyski	-	15	1	-	-	-	-	15	1	-	-	-	ZII
	e) taniec ludowy	-	15	1	-	15	1	-	-	-	-	-	-	ZI
	f) taniec historyczny	-	15	1	-	-	-	-	15	1	-	-	-	ZII
	g) taniec współczesny	-	15	1	-	-	-	-	-	-	-	15	1	ZIII
	h) taniec irlandzki	-	15	1	-	-	-	-	15	1	-	-	-	ZII
2.	<b>Techniki gimnastyczne oraz fitness metodyka ich nauczania</b>													
	a) podstawy aerobiku i stepu	-	30	3	-	-	-	-	30	3	-	-	-	ZII
	b) metodyka nauczania fitness	-	18	1	-	18	1	-	-	-	-	-	-	ZI
	c) ćwiczenia wzmacniające aparat ruchu	-	12	1	-	-	-	-	12	1	-	-	-	ZII
	d) aqua aerobik, aqua fitness	-	12	1	-	-	-	-	12	1	-	-	-	ZII
	e) gimnastyka artystyczna	-	12	1	-	-	-	-	-	-	-	12	1	ZIII
	f) funk	-	15	1	-	-	-	-	-	-	-	15	1	ZIII
	g) dance i step w metrum $\frac{3}{4}$	-	15	1	-	-	-	-	-	-	-	15	1	ZIII
	h) Nike Rockstar	-	12	1	-	-	-	-	-	-	-	12	1	ZIII

<b>3.</b>	<b>Inne rodzaje ćwiczeń z muzyką</b>													
	a) rytmika	-	12	1	-	12	1	-	-	-	-	-	-	ZI
	b) techniki relaksacyjne	-	9	1	-	-	-	-	9	1	-	-	-	ZII
	c) pantomima	-	12	1	-	-	-	-	-	-	-	12	1	ZIII
	d) kompozycja tańca	-	15	1	-	-	-	-	-	-	-	15	1	ZIII
	e) literatura taneczna	-	15	1	-	-	-	-	-	-	-	15	1	ZIII
	f) ćwiczenia siłowe	-	12	1	-	-	-	-	12	1	-	-	-	ZII
	g) podstawy stepowania (tap dance)	-	15	1	-	15	1	-	-	-	-	-	-	ZI
<b>4.</b>	<b>Teoretyczno-metodyczne aspekty artystycznej aktywności ruchowej</b>													
	a) historia i wiedza o tańcu	12	-	1	12	-	1	-	-	-	-	-	-	ZI
	b) podstawy muzyki	12	-	1	12	-	1	-	-	-	-	-	-	ZI
<b>5.</b>	<b>Egzamin końcowy</b>	-	-	3	-	-	-	-	-	-	-	-	3	EIII
<b>RAZEM</b>		<b>24</b>	<b>336</b>	<b>30</b>	<b>24</b>	<b>90</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>120</b>	<b>10</b>		<b>126</b>	<b>12</b>	
			<b>360</b>			<b>114</b>			<b>120</b>			<b>126</b>		

## 9. TRENER FITNESSU I ĆWICZEŃ SIŁOWYCH

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
<b>Blok Fitness – ćwiczenia przy muzyce</b>											
1.	Teoretyczne i praktyczne podstawy fitnessu	8	4	2	8	4	2	-	-	-	ZI
2.	Ćwiczenia aerobowe dance aerobik i step aerobik	-	60	8	-	60	8	-	-	-	ZI
3.	Ćwiczenia wytrzymałościowo-siłowe (w tym Shape, BS, TBC, Fit Ball, BOSU)	-	28	4	-	28	4	-	-	-	ZI
4.	Ćwiczenia gibkościowe i relaksacyjne	-	8	2	-	8	2	-	-	-	ZI
	Egzamin końcowy	-	-	1	-	-	1	-	-	-	EI
	<b>Razem</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	
<b>Blok Fitness – ćwiczenia siłowe</b>											
5.	Elementy metodyki treningu oporowego	22	-	3	-	-	-	22	-	3	ZI
6.	Kształtowanie sylwetki ciała	22	-	3	-	-	-	22	-	3	ZI
7.	Metody kształtowania siły mięśniowej	10	-	1	-	-	-	10	-	1	ZII
8.	Ćwiczenia w treningu oporowym	-	54	5	-	-	-	-	54	5	ZII
	Egzamin końcowy	-	-	1	-	-	-	-	-	1	EII
	<b>Razem</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>-</b>	
<b>RAZEM : Fitness i ćwiczenia siłowe</b>		<b>62</b>	<b>154</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>13</b>	
		<b>216</b>			<b>108</b>			<b>108</b>			



## 10. TRENER MENTALNY W SPORCIE

Lp.	Nazwa przedmiotu	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Podstawy treningu mentalnego w sporcie	8	12	3	8	12	3				ZI
2.	Budowanie zespołu sportowego	6	22	4	-	-	-	6	22	4	ZII
3.	Psychologiczne kompetencje trenera	6	26	4	6	26	4	-	-	-	EII
4.	Narzędzia coachingowe w pracy trenera	4	12	3	-	-	-	4	12	3	ZI
5.	Radzenie sobie ze stresem zarządzanie emocjami i odporność psychiczna w sporcie	10	30	5	6	20	3	4	10	2	ZII
6.	Motywacja i automotywacja w sporcie	2	10	2	-	-	-	2	10	2	EI
7.	Trening koncentracji w sporcie	1	10	2	1	10	2	-	-	-	ZII
8.	Metody wyobrazeniowe w sporcie	2	7	1	-	-	-	2	7	1	ZI
9.	Kształtowanie aspektów psychologicznych poprzez trening psychomotoryczny	2	10	2	-	-	-	2	10	2	ZII
10.	Egzamin końcowy	4	-	4	-	-	-	4	-	4	ZII
<b>Razem</b>		<b>45</b>	<b>139</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	<b>68</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>71</b>	<b>18</b>	
		<b>184</b>			<b>89</b>			<b>95</b>			

## 11. TRENER PERSONALNY

Lp.	Przedmiot	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/ egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Teoria treningu sportowego	-	10	2	-	10	2	-	-	-	Z-I
2.	Podstawy żywienia i suplementacji	-	30	3	-	30	3	-	-	-	Z-I
3.	Terenowe formy aktywności:										
	a) atletyka terenowa	-	20	3	-	20	3	-	-	-	Z-I
	b) wodne formy aktywności ruchowej	-	20	3	-	20	3	-	-	-	
4.	Nowoczesne formy treningu oporowego	-	18	2	-	9	1	-	9	1	E-II
5.	Trening funkcjonalny	-	18	2	-	9	1	-	9	1	Z-I
6.	Kształtowanie sylwetki ciała	-	45	4	-	15	1	-	30	3	E-II
7.	Relacje interpersonalne	-	10	2	-	-	-	-	10	2	Z-II
8.	Diagnostyka wydolności i programowanie treningu	-	20	3	-	-	-	-	20	3	Z-II
9.	Trening zdrowotny	-	20	3	-	11	2	-	9	1	Z-II
10.	Elementy sportów walki	-	20	3	-	-	-	-	20	3	Z-II

11.	<i>Fizjologia wysiłku*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
12.	<i>Teoria sportu*</i>	6	-	1	6		1	-	-	-	Z-I
13.	<i>Odnowa biologiczna*</i>	4	-	1	-	-	-	4		1	Z-II
14.	<i>Socjologia sportu*</i>	4	-	1	-		-	4	-	1	Z-II
15.	<i>Anatomia funkcjonalna*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
16.	<i>Biomechanika*</i>	4	-	1	4		1	-	-	-	Z-I
17.	<i>Biochemia wysiłku fizycznego*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
18.	<i>Pedagogika wf i sportu*</i>	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
19.	<i>Psychologia wf i sportu*</i>	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
20.	<i>Teoria motoryczności*</i>	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-I
<b>Razem</b>		<b>54*</b>	<b>231</b>	<b>30/40*</b>	<b>28*</b>	<b>124</b>	<b>16/21*</b>	<b>26*</b>	<b>107</b>	<b>14/19*</b>	
		<b>231/285*</b>			<b>124/152*</b>			<b>107/133*</b>			

\* Przedmioty realizowane przez absolwentów studiów wyższych, innych kierunków niż: wychowanie fizyczne, sport, turystyka i rekreacja, aktywność fizyczna i żywienie w zdrowiu publicznym, fizjoterapia oraz przez uczestników, którzy nie posiadają uprawnień instruktora sportu lub trenera dyscypliny sportu

## 12. TRENER PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO W GRACH ZESPOŁOWYCH

Lp.	Przedmiot	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Diagnostyka wydolności i stanu wytrenowania zawodnika	14	-	2	8	-	1	6	-	1	Z-II
2.	Diagnostyka zmęczenia i przetrenowania w sporcie	10	-	2	6	-	1	4	-	1	Z-II
3.	Identyfikacja potencjału sprawnościowego zawodnika	8	-	1	4	-	0,5	4	-	0,5	Z-II
4.	Charakterystyka wysiłku startowego i treningowego w grach zespołowych	12	-	2	6	-	1	6	-	1	Z-II
5.	Kształtowanie wytrzymałości	8	4	2	4	2	1	4	2	1	Z-II
6.	Kształtowanie szybkości	8	8	2	4	4	1	4	4	1	Z-II
7.	Kształtowanie siły i mocy	12	12	3	6	6	1	6	6	2	Z-II
8.	Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych	12	12	3	6	6	1	6	6	2	Z-II
9.	Kształtowanie gibkości	3	3	1	-	-	-	3	3	1	Z-II
10.	Żywienie i suplementacja w grach zespołowych	16	-	2	8	-	1	8	-	1	Z-II
11.	Programowanie i indywidualizacja przygotowania motorycznego	16	-	2	8	-	1	8	-	1	Z-II
12.	Profilaktyka urazów w grach zespołowych	8	8	2	4	4	1	4	4	1	Z-II
13.	Kształtowanie sprawności specjalnej:										
13a	a) piłka nożna	4	4	1	4	4	1				Z-I
13b	b) piłka ręczna	4	4	1	4	4	1				Z-I
13c	c) koszykówka	4	4	1				4	4	1	Z-II
13d	d) piłka siatkowa	4	4	1				4	4	1	Z-II

14.	<i>Fizjologia wysiłku*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
15.	<i>Teoria sportu*</i>	6	-	1	6		1	-	-	-	Z-I
16.	<i>Odnowa biologiczna*</i>	4	-	1	-	-	-	4		1	Z-II
17.	<i>Socjologia sportu*</i>	4	-	1	-		-	4	-	1	Z-II
18.	<i>Anatomia funkcjonalna*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
19.	<i>Biomechanika*</i>	4	-	1	4		1	-	-	-	Z-I
20.	<i>Biochemia wysiłku fizycznego*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
21.	<i>Pedagogika wf i sportu*</i>	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
22.	<i>Psychologia wf i sportu*</i>	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
23.	<i>Teoria motoryczności*</i>	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
	Egzamin końcowy	-	-	2	-	-	-	-	-	2	E-II
<b>RAZEM :</b>		<b>143/ 197*</b>	<b>63</b>	<b>30/ 40*</b>	<b>72/ 100*</b>	<b>30</b>	<b>12,5 /17, 5*</b>	<b>71/ 97*</b>	<b>33</b>	<b>17,5 /22, 5*</b>	<b>-</b>
		<b>206/260*</b>		<b>102/130*</b>		<b>104/130*</b>					

### 13. TRENER PRZYGOTOWANIA SPRAWNOŚCIOWEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

Lp.	Przedmiot	Liczba godzin	ECTS	Sem. I	Sem. II	zal./egz.
1.	Kształtowanie siły i mocy dzieci i młodzieży	20	3	10	10	Z-I,II
2.	Kształtowanie wytrzymałości dzieci i młodzieży	20	3	10	10	Z-I,II
3.	Kształtowanie szybkości i zwinności dzieci i młodzieży	16	2	8	8	Z-I,II
4.	Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych dzieci i młodzieży	20	3	10	10	Z-I,II
5.	Kształtowanie gibkości dzieci i młodzieży	10	1,5	10	-	Z-I
6.	Diagnostyka i identyfikacja potencjału motorycznego	10	1,5	10	-	Z-I
7.	Motoryczność człowieka w ontogenezie	10	1,5	10	-	Z-I
8.	Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży	10	1,5	10	-	Z-I
9.	Periodyzacja treningu dzieci i młodzieży	10	1,5	-	10	Z-II
10.	Żywnienie dzieci i młodzieży	10	1,5	-	10	Z-II
11.	Diagnostyka i korekcja wad postawy	16	2	10	6	Z-I,II
12.	Gimnastyczne formy kształtowania sprawności fizycznej	12	2	12	-	Z-I
13.	Terenowe formy kształtowania sprawności fizycznej	12	2	-	12	Z-II
14.	Usprawnianie ruchowe dzieci i młodzieży	22	3	8	14	Z-I,II
15.	Zarządzanie sportem dzieci i młodzieży	6	1	-	6	Z-II

16.	<i>Metodyka zajęć ruchowych*</i>	6	1	6	-	Z-I
17.	<i>Fizjologia wysiłku*</i>	6	1	6	-	Z-I
18.	<i>Teoria sportu*</i>	6	1		6	Z-II
19.	<i>Odnowa biologiczna*</i>	4	1	-	4	Z-II
20.	<i>Socjologia sportu*</i>	4	1	-	4	Z-II
21.	<i>Anatomia funkcjonalna*</i>	6	1	6	-	Z-I
22.	<i>Biomechanika sportu*</i>	4	1	4	-	Z-I
23.	<i>Biochemia wysiłku fizycznego*</i>	6	1	6	-	Z-I
24.	<i>Pedagogika wf i sportu*</i>	6	1	-	6	Z-II
25.	<i>Psychologia wf i sportu*</i>	6	1	-	6	Z-II
26.	<i>Teoria motoryczności*</i>	6	1	-	6	Z-II
	<b>Egzamin końcowy</b>	3	-	-	3	E-II
	<b>Razem:</b>	<b>207/267*</b>	<b>30/41</b>	<b>108/136*</b>	<b>99/131*</b>	

\* Przedmioty realizowane przez absolwentów studiów wyższych, innych kierunków niż: wychowanie fizyczne, sport, turystyka i rekreacja, aktywność fizyczna i żywienie w zdrowiu publicznym, fizjoterapia oraz przez uczestników, którzy nie posiadają uprawnień instruktora sportu lub trenera dyscypliny sportu

## 14. TRENER SPORTÓW WALKI

Lp.	Przedmiot	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Teoria treningu sportowego	-	12	2	-	12	2	-	-	-	Z-I
2.	Podstawy żywienia i suplementacji	-	12	2	-	12	2	-	-	-	Z-I
3.	Trening oporowy w sportach walki	-	12	2	-	-	-	-	12	2	Z-II
4.	Kształtowanie mocy i wytrzymałości specjalnej	-	8	1	-	8	1	-	-	-	Z-I
5.	Planowanie i indywidualizacja treningu sportów walki	-	10	2	-	-	-	-	10	2	Z-II
6.	Regeneracja po-startowa	-	6	1	-	-	-	-	6	1	Z-II
7.	Redukcja wagi ciała	-	4	1	-	-	-	-	4	1	Z-II
8.	Trening mentalny	-	6	1	-	6	1	-	-	-	Z-I
9.	Judo	-	50	6	-	25	3	-	25	3	E-II
10.	Zapasy	-	30	3	-	15	1,5	-	15	1,5	Z-I
11.	Boks	-	30	3	-	15	1,5	-	15	1,5	E-II
12.	Techniki samoobrony	-	10	2	-	-	-	-	10	2	Z-II
13.	MMA lub połączenie sztuk walki	-	10	2	-	10	2	-	-	-	Z-I
14.	JU-JITSU	-	10	2	-	10	2	-	-	-	Z-I



15.	<i>Fizjologia wysiłku*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
16.	<i>Teoria sportu*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
17.	<i>Odnowa biologiczna*</i>	4	-	1		-	-	4	-	1	Z-II
18.	<i>Socjologia sportu*</i>	4	-	1		-	-	4	-	1	Z-II
19.	<i>Anatomia funkcjonalna*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
20.	<i>Biomechanika*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
21.	<i>Biochemia wysiłku fizycznego*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
22.	<i>Pedagogika wf i sportu*</i>	6	-	1		-	-	6	-	1	Z-II
23.	<i>Psychologia wf i sportu*</i>	6	-	1		-	-	6	-	1	Z-II
24.	<i>Teoria motoryczności*</i>	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
<b>Razem</b>		<b>56*</b>	<b>210</b>	<b>30/40*</b>	<b>36*</b>	<b>113</b>	<b>16/22*</b>	<b>20*</b>	<b>97</b>	<b>14/18*</b>	
		<b>210/266*</b>			<b>113/149*</b>			<b>97/117*</b>			

## 15. TRENER SPORTU II KLASY

lub zgodnie z nazewnictwem polskich związków sportowych w określonym sporcie\*\*

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
<b>Przedmioty podstawowe i kierunkowe:</b>											
1.	Teoria treningu sportowego	12	-	2	6	-	1	6	-	1	Z-II
2.	Fizjologia wysiłku	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z-I
3.	Odnowa biologiczna w sporcie	4	-	1	-	-	-	4	-	1	Z-II
4.	Żywienie w sporcie	4	-	1	-	-	-	4	-	1	Z-II
5.	Prawo w sporcie	2	-	0,5	2	-	0,5	-	-	-	Z-I
6.	Pierwsza pomoc	2	-	0,5	-	-	-	2	-	0,5	Z-II
7.	<i>Anatomia funkcjonalna*</i>	4	-	1	4	-	1	-	-	-	Z-I
8.	<i>Biomechanika sportu*</i>	4	-	1	-	-	-	4	-	1	Z-II
9.	<i>Biochemia sportu*</i>	4	-	1	4	-	1	-	-	-	Z-I
10.	<i>Pedagogika sportu*</i>	4	-	1	4	-	1	-	-	-	Z-I
11.	<i>Psychologia sportu*</i>	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z-II
12.	<i>Teoria motoryczności*</i>	4	-	1	-	-	-	4	-	1	Z-II
13.	<i>Socjologia sportu*</i>	2	-	0,5	-	-	-	2	-	0,5	Z-II
<b>Razem cz. teoretyczna</b>		<b>60</b>	-	<b>12,5</b>	<b>28</b>	-	-	<b>32</b>	-	-	
14.	Dyscyplina kierunkowa	210	-	14	45	60	7	45	60	7	E-II
15.	Staż w klubie sportowym	-	30	3,5	-	-	-	-	30	3,5	Z-II
<b>RAZEM</b>		<b>300</b>		<b>30</b>		<b>90</b>	<b>12,5</b>		<b>90</b>	<b>17,5</b>	

\* przedmioty realizowane przez absolwentów studiów wyższych innych kierunków niż wychowanie fizyczne i sport

\*\* istnieje możliwość realizacji studiów na podstawie odrębnej umowy z Polskim Związkiem Sportowym

## 16. TRENER ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

Lp.	Przedmiot/moduł	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Teoria aktywności fizycznej	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
2.	Psychospołeczne aspekty aktywności fizycznej	6	-	1	6	-	1	-	-	-	Z-I
3.	Fizjologiczne uwarunkowania aktywności fizycznej	8	4	2	8	4	2	-	-	-	Z-I
4.	Profilaktyka chorób cywilizacyjnych	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z-I
5.	Indywidualne metody modelowania sylwetki	-	20	4	-	10	2	-	10	2	E-II
6.	Diagnostyka funkcjonalna w treningu zdrowotnym	-	6	1	-	6	1	-	-	-	Z-I
7.	Biochemia żywności	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
8.	Nowoczesne trendy kulinarne	10	-	2	-	-	-	10	-	2	Z-II
9.	Wspomaganie zdrowia suplementami	10	-	2	10	-	2	-	-	-	Z-I
10.	Odnowa biologiczna z elementami relaksacji i wizualizacji	10	20	4	5	10	2	5	10	2	Z-II
11.	Metodyka i praktyka Wellness i SPA	8	20	4	4	10	2	4	10	2	E-II
12.	Yoga psychofizyczna	-	6	1	-	-	-	-	6	1	Z-II
13.	Fitness – Total Body Condition	-	12	2	-	6	1	-	6	1	Z-II
14.	Podłoże zaburzeń odżywiania - psychodietetyka	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z-II
15.	Innowacyjne techniki rozwoju osobistego i edukacji	6	6	2	-	-	-	6	6	2	Z-II
16.	Podstawy life coachingu	6	12	3	6	6	2	-	6	1	E-II
<b>Razem:</b>		<b>94</b>	<b>106</b>	<b>32</b>	<b>53</b>	<b>52</b>	<b>17</b>	<b>41</b>	<b>54</b>	<b>15</b>	
		<b>200</b>			<b>105</b>			<b>95</b>			

**17. ZARZĄDZANIE E- SPORTEM**

Lp.	Przedmiot	Liczba godz.	ECTS	Sem. I	Sem. II	zal/egz.
1.	Historia i rozwój rynku e-sportu	8	1	8	-	Z-I
2.	Komunikacja i kreowanie wizerunku na rynku e-sportu	12	2	12	-	Z-I
3.	Marketing w e-sporcie	8	1	8	-	Z-I
4.	Miejsce e-sportu w organizacjach sportowych	8	1	8	-	Z-I
5.	Prawne aspekty e-sportu	8	1	8	-	Z-I
6.	Programowanie zajęć e-sportowych w szkołach	12	2	12	-	Z-I
7.	Psychologiczne aspekty w e-sporcie	8	1	8	-	Z-I
8.	Spoleczne uwarunkowania rozwoju e-sportu	8	1	8	-	Z-I
9.	Zarządzanie strategiczne i operacyjne w e-sporcie	8	1	8	-	Z-I
10.	Analiza statystyczna i obserwacja gier e-sportowych przy pomocy zapisu video i programów komputerowych	12	2	-	12	Z-II
11.	Finansowanie aktywności na rynku e-sportu	8	1	-	8	Z-II
12.	Gra biznesowa	12	2	-	12	Z-II
13.	Kariera w e-sporcie - studium przypadków	12	2	-	12	Z-II
14.	Organizacja i przygotowanie treningu e-sportowego	12	2	-	12	Z-II
15.	Organizacja wydarzeń e-sportowych	12	2	-	12	Z-II
16.	Sponsoring w e-sporcie	8	1	-	8	Z-II
17.	Struktura i rodzaje rozgrywek w obszarze e-sportu	8	1	-	8	Z-II
18.	System szkolenia w e-sporcie	8	1	-	8	Z-II
19.	Technologia wykorzystywana w e-sporcie	8	1	-	8	Z-II
20.	Teoretyczne i praktyczne podstawy aktywności fizycznej	8	1	-	8	Z-II
	<b>Egzamin</b>	2	3	-	2	E-II
	<b>Razem</b>	<b>190</b>	<b>30</b>	<b>80</b>	<b>110</b>	

## 18. ZARZĄDZANIE W SYSTEMACH OCHRONY ZDROWIA

Lp.	Przedmiot	Godz. Razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Nowoczesne koncepcje zarządzania w systemach zdrowia.	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z - I
2.	Zarządzanie kapitałem ludzkim w systemach ochrony zdrowia.	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z - I
3.	Systemy informatyczne.	-	8	1	-	8	1	-	-	-	Z - I
4.	Zarządzanie Narodowym Funduszem Zdrowia i jego oddziałami.	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z - I
5.	Przywództwo, komunikacja, mediacje i negocjacje w sektorze usług zdrowotnych – trening menedżerski.	10	-	1	10	-	1	-	-	-	Z - I
6.	Kontraktowanie świadczeń zdrowotnych.	-	10	2	-	10	2	-	-	-	Z - I
7.	Wybrane aspekty prawne w systemach ochrony zdrowia.	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z - I
8.	Ekonomika funkcjonowania systemów w ochronie zdrowia w Unii Europejskiej.	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z - I
9.	Fundraising – metodologia pozyskiwania środków pomocnych dla podmiotów zdrowotnych.	-	12	2	-	12	2	-	-	-	Z - I
10.	Promocja zdrowia na rynku usług zdrowotnych.	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z - I
11.	Systemy ubezpieczeń społecznych w systemach ochrony zdrowia.	8	-	1	8	-	1	-	-	-	Z - I
12.	Zarządzanie w jednostkach ratowniczych.	-	10	2	-	-	-	-	10	2	Z - II
13.	Indywidualna i grupowa praktyka specjalistyczna na rynku świadczeń medycznych – doświadczenia praktyczne.	-	8	1	-	-	-	-	8	1	Z - II
14.	Proces obsługi klienta w systemach ochrony zdrowia.	6	-	1	-	-	-	6	-	1	Z - II

15.	Innowacyjność w systemach ochrony zdrowia – doświadczenie praktyczne.	-	8	1	-	-	-	-	8	1	Z - II
16.	Zarządzanie stresem w pracy menedżera i metody jego obniżania.	-	8	1	-	-	-	-	8	1	Z - II
17.	Praktyczne zastosowanie zarządzania jakością w systemach ochrony zdrowia.	-	8	1	-	-	-	-	8	1	Z - II
18.	Zarządzanie strategiczne w systemach ochrony zdrowia.	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z - II
19.	Finanse w systemach ochrony zdrowia.	12	-	2	-	-	-	12	-	2	Z - II
20.	Korporacje na rynku usług zdrowotnych.	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z - II
21.	Controlling i audyt wewnętrzny w systemach ochrony zdrowia.	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z - II
22.	Marketing w systemach ochrony zdrowia.	8	-	1	-	-	-	8	-	1	Z - II
	<b>Egzamin końcowy</b>	2	-	4	-	-	-	2	-	4	E - II
<b>RAZEM:</b>		<b>118</b>	<b>72</b>	<b>30</b>	<b>66</b>	<b>30</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>42</b>	<b>17</b>	
		<b>190</b>			<b>96</b>			<b>94</b>			

## 19. ŻYWIENIE I SUPLEMENTACJA OSÓB AKTYWNYCH FIZYCZNIE

Lp.	Nazwa przedmiotu	Godziny razem			Sem. I			Sem. II			zal/egz
		W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	W	Ćw	ECTS	
1.	Fizjologiczne podstawy żywienia i trawienia	15	15	4	15	15	4	-	-	-	ZI
2.	Metabolizm wysiłkowy	15	-	2	-	-	-	15	-	2	ZII
3.	Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji	25	-	4	15	-	3	10	-	1	EII
4.	Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego	10	10	2	10	10	2	-	-	-	ZI
5.	Doping w sporcie	10	-	2	-	-	-	10	-	2	ZII
6.	Suplementacja w sporcie i rekreacji	15	-	3	15	-	3	-	-	-	EI
7.	Diagnostyka laboratoryjna w dietetyce	10	-	2	-	-	-	10	-	2	ZII
8.	Psychodietetyka	-	15	2	-	15	2	-	-	-	ZI
9.	Planowanie żywienia w sporcie	15	-	2	-	-	-	15	-	2	ZII
10.	Diagnostyka i regulacja masy i składu ciała	-	5	1	-	-	-	-	5	1	ZII
11.	Periodyzacja żywienia	-	10	2	-	-	-	-	10	2	ZII
12.	Praktyczne przygotowanie diet – zajęcia w kuchni	-	30	4	-	-	-	-	30	4	ZII
<b>Razem</b>		<b>115</b>	<b>85</b>	<b>30</b>	<b>55</b>	<b>40</b>	<b>14</b>	<b>60</b>	<b>45</b>	<b>16</b>	
		<b>200</b>			<b>95</b>			<b>105</b>			