

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.	Żywnienie 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
RAZEM :		143/ 197*	63	30/ 40*	72/ 100*	30	12,5 /17, 5*	71/ 97*	33	17,5 /22, 5*	-
		206/260*			102/130*			104/130*			

* 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