

ROZKŁAD ZAJĘĆ STUDIA PODYPLOMOWE TRENER PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO

Rok I semestr 1

W GRACH ZESPOŁOWYCH

ROK AKADEMICKI 2023/2024

Grupa	7 - 8				8 - 9				9 - 10				10 - 11				11 - 12				12 - 13				13 - 14				14 - 15				15 - 16				16 - 17				17 - 18				18 - 19				19 - 20			
	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6				
28.10.2023 r. (sobota)																																																				
I									Inauguracja sala 13 stara hala					Identyfikacja potencjału sprawnościowego zawodnika sala nr 230 budynek główny					Kształtowanie wytrzymałości sala nr 230 budynek główny																																	
29.10.2023 r. (niedziela)																																																				
I									Diagnostyka wydolności i stanu wytrenowania zawodnika sala nr 210 nowa hala sportowa					Kształtowanie sprawności specjalnej piłka nożna sala nr 210 nowa hala sportowa					Kształtowanie sprawności specjalnej piłka nożna nowa hala sportowa					Teoria sportu* sala nr 231 budynek główny																												
18.11.2023 r. (sobota)																																																				
I									Diagnostyka zmęczenia i przetrenowania w sporcie sala nr 230 budynek główny					Żywienie i suplementacja w grach zespołowych sala nr 230 budynek główny					Kształtowanie sprawności specjalnej piłka ręczna sala 28 stara hala sportowa					Kształtowanie sprawności specjalnej piłka ręczna stara hala sportowa																												
19.11.2023 r. (niedziela)																																																				
I									Kształtowanie siły i mocy siłownia nowa hala sportowa					Kształtowanie siły i mocy sala 145 nowa hala sportowa					Diagnostyka zmęczenia i przetrenowania w sporcie sala nr 145 nowa hala sportowa																																	

* Zajęcia obowiązkowe dla absolwentów kierunków innych niż: wychowanie fizyczne, sport, turystyka i rekreacja ruchowa, fizjoterapia lub nie posiadających uprawnień instruktora sportu lub trenera dyscypliny sportu.

ROZKŁAD ZAJĘĆ

STUDIA PODYPLOMOWE TRENER PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO

Rok I semestr 1

W GRACH ZESPOŁOWYCH

ROK AKADEMICKI 2023/2024

Grupa	7 - 8				8 - 9				9 - 10				10 - 11				11 - 12				12 - 13				13 - 14				14 - 15				15 - 16				16 - 17				17 - 18				18 - 19				19 - 20			
	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6				
02.12.2023 r. (sobota)																																																				
I									Kształtowanie sprawności specjalnej piłka ręczna sala nr 28 stara hala sportowa					Kształtowanie sprawności specjalnej piłka ręczna stara hala sportowa					Kształtowanie wytrzymałości sala nr 210 nowa hala sportowa					Żywienie i suplementacja w grach zespołowych sala nr 210 nowa hala sportowa																												
03.12.2023 r. (niedziela)																																																				
I									Diagnostyka wydolności i stanu wytrenowania zawodnika sala nr 145 nowa hala sportowa									Kształtowanie siły i mocy sala 145 nowa hala sportowa					Kształtowanie siły i mocy siłownia nowa hala sportowa																													
16.12.2023 r. (sobota)																																																				
I									Kształtowanie sprawności specjalnej piłka nożna sala nr 145 nowa hala sportowa					Kształtowanie sprawności specjalnej piłka nożna nowa hala sportowa					Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych sala nr 145 nowa hala sportowa					Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych nowa hala sportowa																												
17.12.2023 r. (niedziela)																																																				
I									Kształtowanie szybkości sala 210 nowa hala sportowa					Kształtowanie szybkości nowa hala sportowa					Biomechanika* sala nr 24 budynek główny					Fizjologia wysiłku* sala nr 210 budynek główny																												

* Zajęcia obowiązkowe dla absolwentów kierunków innych niż: wychowanie fizyczne, sport, turystyka i rekreacja ruchowa, fizjoterapia lub nie posiadających uprawnień instruktora sportu lub trenera dyscypliny sportu.

ROZKŁAD ZAJĘĆ
STUDIA PODYPLOMOWE TRENER PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO
W GRACH ZESPOŁOWYCH

Rok I semestr 1

ROK AKADEMICKI 2023/2024

Grupa	7 - 8				8 - 9				9 - 10				10 - 11				11 - 12				12 - 13				13 - 14				14 - 15				15 - 16				16 - 17				17 - 18				18 - 19				19 - 20			
	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6	1	3	4	6
13.01.2024 r. (sobota)																																																				
I									Kształtowanie szybkości sala 145 nowa hala sportowa					Kształtowanie szybkości nowa hala sportowa					Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych sala nr 145 nowa hala sportowa					Kształtowanie koordynacyjnych zdolności motorycznych nowa hala sportowa																												
14.01.2024 r. (niedziela)																																																				
I					Biochemia wysiłku fizycznego* Zajęcia zdalne					Teoria sportu* Zajęcia zdalne					Anatomia funkcjonalna* Zajęcia zdalne					Fizjologia wysiłku* Zajęcia zdalne																																
27.01.2024 r. (sobota)																																																				
I					Profilaktyka urazów w grach zespołowych sala 210 i nowa hala sportowa					Profilaktyka urazów w grach zespołowych sala 145 nowa hala sportowa					Biochemia wysiłku fizycznego* sala nr 303 budynek główny																																					
28.01.2024 r. (niedziela)																																																				
I					Programowanie i indywidualizacja przygotowania motorycznego sala 145 i nowa hala sportowa					Programowanie i indywidualizacja przygotowania motorycznego sala 145 i nowa hala sportowa					Anatomia funkcjonalna* sala nr 303 budynek główny																																					

* Zajęcia obligatoryjne dla absolwentów kierunków innych niż: wychowanie fizyczne, sport, turystyka i rekreacja ruchowa, fizjoterapia lub nie posiadających uprawnień instruktora sportu lub trenera dyscypliny sportu.