

## STUDIA STACJONARNE

## studia pierwszego stopnia

Czas trwania studiów: 6 semestrów

Symbol	Grupa zajęć/Moduły	Forma zaliczenia	Godzin/ECTS	Razem	W tym			I ROK			II ROK			III ROK											
					Wykłady	ćwiczenia	Praca własna	semestr 1			semestr 2			semestr 3			semestr 4			semestr 5			semestr 6		
								wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna
<b>A. GRUPA ZAJĘĆ OGÓLNOAKADEMICKICH (ZO)</b>																									
ZO1	Język obcy w naukach biologicznych	Z	godzin ECTS	91 3,5	0 0	52 2	39 1,5	26 1	26 1	26 0,5	13 0,5														
ZO2	Wychowanie fizyczne	Z	godzin ECTS	60 0	0 0	60 0	0 0	30 0		30 0															
ZO3	Technologia informacyjna z elementami nauczania na odległość	Z	godzin	52	13	13	26	13	13	26															
			ECTS	2	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1															
ZO4	Socjologia	Z	godzin	26	13	0	13	13		13															
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5															
ZO5	Pomoc przedmedyczna	Z	godzin	26	0	13	13			13	13														
			ECTS	1	0	0,5	0,5			0,5	0,5														
<b>RAZEM A:</b>			<b>GODZIN</b>	<b>255</b>	<b>26</b>	<b>138</b>	<b>91</b>	<b>26</b>	<b>69</b>	<b>65</b>	<b>0</b>	<b>69</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>					
			<b>ECTS</b>	<b>7,5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3,5</b>	<b>1</b>	<b>1,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0</b>	<b>1,5</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>					

<b>B. GRUPA ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH (ZP)</b>																					
<b>1B. Moduł zajęć fizjologiczno-medycznych w odnowie biologicznej</b>																					
ZP1	Anatomia prawidłowa człowieka	Z/E	godzin ECTS	130 5	26 1	52 2	52 2	13 0,5	26 1	26 1	13 0,5	26 1	26 1								
ZP2	Anatomia funkcjonalna	Z	godzin	26	0	13	13							13	13						
			ECTS	1	0	0,5	0,5								0,5	0,5					
ZP3	Fizjologia ogólna	Z/E	godzin	65	13	26	26				13	26	26								
			ECTS	2,5	0,5	1	1				0,5	1	1								
ZP4	Fizjologia wysiłku fizycznego i sportu	Z	godzin	39	0	26	13							26	13						
			ECTS	1,5	0	1	0,5								1	0,5					
ZP5	Regeneracja i odnowa biologiczna	Z	godzin	52	13	26	13							13	26	13					
			ECTS	2	0,5	1	0,5								0,5	1	0,5				
ZP6	Biologia medyczna	Z	godzin	52	26	0	26	26			26		26								
			ECTS	2	1	0	1	1			1		1								
ZP7	Biochemia	Z	godzin	39	0	13	26			13	26										
			ECTS	1,5	0	0,5	1			0,5	1										
ZP8	Farmakologia	Z	godzin	26	13	0	13							13	13						
			ECTS	1	0,5	0	0,5								0,5	0,5					
ZP9	Patologia ogólna	Z	godzin	39	26	0	13							26	13						
			ECTS	1,5	1	0	0,5								1	0,5					
ZP10	Bioetyka	Z	godzin	26	13	0	13	13		13											
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5											
ZP11	Podstawy biomechaniki i ergonomia	Z	godzin	52	0	26	26			26	26										
			ECTS	2	0	1	1			1	1										
<b>RAZEM 1B:</b>			<b>GODZIN</b>	<b>546</b>	<b>130</b>	<b>182</b>	<b>234</b>	<b>52</b>	<b>65</b>	<b>117</b>	<b>26</b>	<b>52</b>	<b>52</b>	<b>39</b>	<b>65</b>	<b>52</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	
			<b>ECTS</b>	<b>21</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1,5</b>	<b>2,5</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	

<b>2B. MODUŁ: Zajęcia prawno-ekonomiczne</b>																						
ZP12	Zarządzanie i marketing usług w odnowie biologicznej	Z	godzin	52	0	26	26	0	26	26												
			ECTS	2	0	1	1	0	1	1												
ZP13	Podstawy prawa w naukach o zdrowiu	Z	godzin	65	26	13	26	26	13	26												
			ECTS	2,5	1	0,5	1	1	0,5	1												
<b>RAZEM 2B:</b>			<b>GODZIN</b>	<b>117</b>	<b>26</b>	<b>39</b>	<b>52</b>	<b>26</b>	<b>39</b>	<b>52</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
			<b>ECTS</b>	<b>4,5</b>	<b>1</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

**C C. GRUPA ZAJĘĆ PRAKTYCZNO - KIERUNKOWYCH (ZK)**

<b>1C. MODUŁ: Środki medyczno-biologiczne odnowy biologicznej</b>																							
ZK1	Teoretyczne i praktyczne podstawy odnowy biologicznej	Z	godzin	52	26	0	26			26	26												
			ECTS	2	1	0	1			1	1												
ZK2	Masaż w odnowie biologicznej	Z	godzin	130	13	78	39			13	39	26		39	13								
			ECTS	5	0,5	3	1,5			0,5	1,5	1		1,5	0,5								
ZK3	Drenaż limfatyczny w odnowie biologicznej	Z	godzin	65	0	39	26											39	26				
			ECTS	2,5	0	1,5	1											1,5	1				
ZK4	Balneoklimatologia i czynniki fizyczne w odnowie biologicznej	Z/E	godzin	130	26	65	39						13	39	26	13	26	13					
			ECTS	5	1	2,5	1,5							0,5	1,5	1	0,5	1	0,5				
ZK5	Periodyzacja i programowanie odnowy biologicznej w sporcie	Z	godzin	91	13	52	26									13	26	13	0	26	13		
			ECTS	3,5	0,5	2	1										0,5	1	0,5	0	1	0,5	
ZK6	Medycyna sportowa, prewencja urazów w sporcie	Z	godzin	52	0	26	26														0	26	26
			ECTS	2	0	1	1														0	1	1
<b>RAZEM 1C:</b>			<b>godzin</b>	<b>520</b>	<b>78</b>	<b>260</b>	<b>182</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>39</b>	<b>39</b>	<b>52</b>	<b>13</b>	<b>78</b>	<b>39</b>	<b>26</b>	<b>52</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>65</b>	<b>39</b>	
			<b>ECTS</b>	<b>20</b>	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>	<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>2,5</b>	<b>1,5</b>	

<b>2C. MODUŁ: Środki psychologiczne i pedagogiczne w odnowie biologicznej</b>																						
ZK7	Techniki relaksacyjne w odnowie biologicznej	Z	godzin	39	13	13	13			13	13	13										
			ECTS	1,5	0,5	0,5	0,5			0,5	0,5	0,5										
ZK8	Środki psychologiczne w odnowie biologicznej	Z	godzin	52	0	26	26		26	26												
			ECTS	2	0	1	1		1	1												
ZK9	Podstawy odnowy psychosomatycznej	Z	godzin	39	26	0	13	26			13											
			ECTS	1,5	1	0	0,5	1		0,5												
ZK10	Środki pedagogiczne w odnowie biologicznej	Z	godzin	26	13	0	13	13			13											
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5												
<b>RAZEM 2C:</b>		Z/E	<b>godzin</b>	<b>156</b>	<b>52</b>	<b>39</b>	<b>65</b>	<b>39</b>	<b>26</b>	<b>52</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
			<b>ECTS</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>1,5</b>	<b>2,5</b>	<b>1,5</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

<b>3C. MODUŁ: Środki specjalne w odnowie biologicznej</b>																						
ZK11	Diagnostyka funkcjonalna w odnowie biologicznej	Z	godzin	26	0	13	13					13	13									
			ECTS	1	0	0,5	0,5					0,5	0,5									
ZK12	Metody specjalne w odnowie biologicznej	Z/E	godzin	91	0	52	39							0	26	13		26	26			
			ECTS	3,5	0	2	1,5							0	1	0,5		1	1			
ZK13	Kinezyprofilaktyka	Z	godzin	52	13	13	26					13	13	26								
			ECTS	2	0,5	0,5	1					0,5	0,5	1								
ZK14	Ćwiczenia w wodzie w profilaktyce	Z	godzin	52	0	26	26					26	26									
			ECTS	2	0	1	1					1	1									
ZK15	Trening funkcjonalny	Z	godzin	52	13	26	13							13	26	13						
			ECTS	2	0,5	1	0,5							0,5	1	0,5						
ZK16	Trening zdrowotny	Z	godzin	52	13	26	13										13	26	13			
			ECTS	2	0,5	1	0,5										0,5	1	0,5			
ZK17	Trening sportowy	Z/E	godzin	52	13	26	13							13	26	13						
			ECTS	2	0,5	1	0,5							0,5	1	0,5						
ZK18	Kształcenie ruchowe i metodyka nauczania ruchu	Z	godzin	39	0	13	26		13	26												
			ECTS	1,5	0	0,5	1		0,5	1												
ZK19	Profilaktyka i promocja zdrowia	Z	godzin	26	13	0	13	13		13												
			ECTS	1	0,5	0	0,5	0,5		0,5												
ZK20	Sprężenia zwrotne w odnowie biologicznej	Z	godzin	52	0	26	26													0	26	26
			ECTS	2	0	1	1													0	1	1
ZK21	Przygotowanie motoryczne	Z	godzin	52	0	26	26		26	26												
			ECTS	2	0	1	1		1	1												
<b>RAZEM 3C:</b>			<b>godzin</b>	<b>546</b>	<b>65</b>	<b>247</b>	<b>234</b>	<b>13</b>	<b>39</b>	<b>65</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>65</b>	<b>26</b>	<b>78</b>	<b>39</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>39</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
			<b>ECTS</b>	<b>21</b>	<b>2,5</b>	<b>9,5</b>	<b>9</b>	<b>0,5</b>	<b>1,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0,5</b>	<b>2</b>	<b>2,5</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>2</b>	<b>1,5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>4C. MODUŁ: Żywnienie i suplementacja</b>																						
ZK22	Żywieniowe wspomaganie regeneracji	Z	godzin	39	0	26	13					26	13									
			ECTS	1,5	0	1	0,5					1	0,5									
ZK23	Suplementacja w sporcie	Z	godzin	39	0	26	13												26	13		
			ECTS	1,5	0	1	0,5												1	0,5		
ZK24	Rola żywienia i suplementacji w wybranych chorobach cywilizacyjnych	Z	godzin	52	0	26	26							26	26							
			ECTS	2	0	1	1							1	1							
<b>RAZEM 4C:</b>			<b>godzin</b>	<b>130</b>	<b>0</b>	<b>78</b>	<b>52</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>26</b>	<b>13</b>
			<b>ECTS</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>

Lp.	D. Grupa Zajęć: DO WYBORU*		Godzin/ECTS	Razem	W tym			I ROK						II ROK						III ROK						
					Wykłady	Ćwiczenia	Praca własna	semestr 1			semestr 2			semestr 3			semestr 4			semestr 5			semestr 6			
								wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	
1	do Modułu 1B: Środki medyczno-biologiczne odnowy biologicznej	Z	godzin	520	0	234	286								78	78		52	78		52	78		52	52	
			ECTS	20	0	9	11									3	3		2	3		2	3		2	2
2	do Modułu 2B: Zagadnienia prawno-ekonomiczne	Z	godzin	182	0	104	78				52	52			52	26										
			ECTS	7	0	4	3				2	2			2	1										
3	do Modułu 3C: Środki specjalne w odnowie biologicznej	Z	godzin	520	0	234	286								52	52		52	78		78	78		52	78	
			ECTS	20	0	9	11									2	2		2	3		3	3		2	3
4	do Modułu 4C: Żywność i suplementacja	Z	godzin	182	0	78	104														52	26		52	52	
			ECTS	7	0	3	4														2	1		2	2	
<b>RAZEM D:</b>			<b>GODZIN</b>	<b>1404</b>	<b>0</b>	<b>650</b>	<b>754</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>52</b>	<b>52</b>	<b>0</b>	<b>182</b>	<b>156</b>	<b>0</b>	<b>104</b>	<b>156</b>	<b>0</b>	<b>182</b>	<b>182</b>	<b>0</b>	<b>156</b>	<b>182</b>	
			<b>ECTS</b>	<b>54</b>	<b>0</b>	<b>25</b>	<b>29</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	

Lp.	E. Grupa zajęć: PRAKTYKI (PR)		Godzin/ECTS	Razem	W tym			I ROK						II ROK						III ROK						
					Wykłady	Ćwiczenia	Praca własna	semestr 1			semestr 2			semestr 3			semestr 4			semestr 5			semestr 6			
								wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	wykład	ćwiczenia	praca własna	
PR1	Praktyka I wdrożeniowa	zal	godzin	207	0	181	26					182	26													
			ECTS	8	0	7	1					7	1													
PR2	Praktyka II w ośrodkach rekreacji i odnowy biologicznej	zal	godzin	260	0	234	26									234	26									
			ECTS	10	0	9	1									9	1									
PR3	Praktyka III w ośrodkach rekreacji i odnowy biologicznej	zal	godzin	260	0	234	26											234	26							
			ECTS	10	0	9	1											9	1							
PR4	Praktyka IV w ośrodkach i klubach sportowych	zal	godzin	339	0	313	26																	312	26	
			ECTS	13	0	12	1																	12	1	
<b>RAZEM E:</b>			<b>GODZIN</b>	<b>1066</b>	<b>0</b>	<b>962</b>	<b>104</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>182</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>234</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>234</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>312</b>	<b>26</b>	
			<b>ECTS</b>	<b>41</b>	<b>0</b>	<b>37</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	
<b>RAZEM GRUPY ZAJĘĆ (A+B+C+D+E)</b>			<b>GODZIN</b>	<b>4740</b>	<b>377</b>	<b>2595</b>	<b>1768</b>	<b>156</b>	<b>238</b>	<b>351</b>	<b>91</b>	<b>485</b>	<b>299</b>	<b>78</b>	<b>429</b>	<b>312</b>	<b>52</b>	<b>442</b>	<b>260</b>	<b>0</b>	<b>507</b>	<b>260</b>	<b>0</b>	<b>520</b>	<b>260</b>	
			<b>ECTS</b>	<b>180</b>	<b>14,5</b>	<b>97,5</b>	<b>68</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>13,5</b>	<b>3,5</b>	<b>17,5</b>	<b>11,5</b>	<b>3</b>	<b>16,5</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>17</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>19,5</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	
<b>RAZEM ROCZNIE</b>				<b>GODZIN</b>	<b>745</b>			<b>875</b>			<b>819</b>			<b>754</b>			<b>767</b>			<b>338</b>						
				<b>ECTS</b>	<b>27,5</b>			<b>32,5</b>			<b>31,5</b>			<b>29</b>			<b>29,5</b>			<b>30</b>						

\*do Modułów 1B i 3C Student wybiera cztery zajęcia z grupy zajęć, w poszczególnych semestrach zgodnie z ofertą Uczni

\*do Modułów 2B i 4C Student wybiera dwa zajęcia z grupy zajęć, w poszczególnych semestrach zgodnie z ofertą Uczni



---