

*Załącznik nr 5 do uchwały Nr 19/2021/2022
Senatu Akademii Wychowania Fizycznego
Józefa Piłsudskiego w Warszawie
z dnia 15 marca 2022 roku*

Załącznik nr 5
do Uchwały nr 11/2021/2022
Rady Wydziału Wychowania Fizycznego i Zdrowia
w Białej Podlaskiej
z dnia 9 marca 2022 r.

**Akademia Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie
Wydział Wychowania Fizycznego i Zdrowia w Białej Podlaskiej**

**Efekty uczenia się dla kierunku TRENER PERSONALNY i ich relacje z uniwersalnymi
charakterystykami pierwszego stopnia oraz charakterystykami drugiego stopnia**

| | |
|--|--|
| Jednostka prowadząca kierunek studiów: | Wydział Wychowania Fizycznego i Zdrowia w Białej Podlaskiej |
| Kierunek studiów: <i>(nazwa kierunku musi być adekwatna do zawartości programu studiów a zwłaszcza do zakładanych efektów uczenia się)</i> | Trener Personalny |
| Poziom studiów: <i>(studia pierwszego, drugiego stopnia, jednolite studia magisterskie)</i> | Studia pierwszego stopnia |
| Poziom PRK: | Poziom 6 Polskiej Ramy Kwalifikacji |
| Profil studiów: <i>(ogólnoakademicki, praktyczny)</i> | Praktyczny |
| Tytuł zawodowy nadawany absolwentom | Licencjat |
| Umiejscowienie kierunku w dyscyplinie naukowej/dyscyplinach naukowych - wskazanie dyscypliny wiodącej: (wraz z uzasadnieniem) | Kierunek „Trener personalny” umiejscowiony został w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauk o kulturze fizycznej (100%). Jego usytuowanie w tej dyscyplinie wynika z jednolitego profilu kwalifikacji Trener personalny – specjalisty w zakresie zarządzania aktywnością fizyczną i prozdrowotnym stylem życia. Interdyscyplinarny charakter kultury fizycznej, która w myśl Ustawy o sporcie mieści w sobie sport zdefiniowany jako „wszelkie formy aktywności fizycznej, które przez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane wpływają na wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiągnięcie wyników sportowych na wszelkich poziomach” oraz inne komponenty kultury fizycznej obejmujące higienę osobistą, wczesną profilaktykę i promocję zdrowia, a także racjonalną organizację czynnego wypoczynku, w pełni pozwalają zabezpieczyć założone cele |

| | |
|--|--|
| | <p>kształcenia. Przyjęte poniżej efekty kształcenia zapewniają niezbędne kompetencje zawodowe, które przejawiają się w postaci: samodzielnego diagnozowania, planowania, organizowania, prowadzenia, kontroli i oceny aktywności fizycznej w obszarze sportu, z uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób o różnym poziomie sprawności fizycznej, wieku i stanie zdrowia; znajomości zasad oraz metod pozwalających na wdrożenie uczestników sportu do prozdrowotnego stylu życia, w tym zasady zdrowego żywienia; posiadania wiedzy psychologicznej, umiejętności oraz kompetencji społecznych niezbędnych do budowania relacji interpersonalnych z klientem lub grupą klientów, a także rozpoznawania i samodzielnego rozwiązywania problemów pojawiające się w czasie uczestnictwa w aktywności fizycznej; wykorzystywania nowych technologii wspomagających aktywność fizyczną; prowadzenia działalności gospodarczej w obszarze kultury fizycznej oraz efektywnej współpracy ze specjalistami z innych obszarów zawodowych, wspierających udział w aktywności fizycznej.</p> |
|--|--|

Tabela odniesień

| Opis kierunkowych efektów uczenia się i odniesienie ich do charakterystyk I i II stopnia oraz dyscypliny naukowej/dyscyplin naukowych | | | | |
|--|---|---|--|-----------------------------------|
| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. |
| KEUs (Kod składnika opisu ^{**}) | Po ukończeniu studiów pierwszego stopnia, na kierunku Trener Personalny o profilu praktycznym absolwent osiąga następujące efekty uczenia się: | Charakterystyki pierwszego stopnia PRK (symbole*) | Charakterystyki drugiego stopnia PRK (symbole*) oraz symbole standardu (o ile dotyczy) | Dyscyplina naukowa ^{***} |
| WIEDZA | | | | |
| K_W01 | Posiada wiedzę z zakresu budowy i funkcjonowania organizmu człowieka w ontogenezie. | P6U_W | P6S_WG, P6S_KO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W02 | Rozumie fizjologiczne i biochemiczne procesy towarzyszące różnym rodzajom wysiłku fizycznego i wypoczynkowi. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W03 | Rozumie prawa biomechaniki. Zna terminologię dotyczącą postawy ciała człowieka, jej rozwoju w ontogenezie, a także podstawowych metod jej oceny. Posiada wiedzę na temat prawidłowego funkcjonowania aparatu ruchu człowieka w czasie wykonywania ćwiczeń fizycznych. Rozumie znaczenie etapów rozwoju motorycznego w ontogenezie w procesie uczenia się i nauczania czynności ruchowych. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W04 | Zna i rozumie rolę składników odżywczych, potrzeby energetyczne oraz mechanizmy regulujące spożycie pokarmów przez osobę aktywną fizycznie, uwzględniając specyficzne potrzeby wynikające z jej wieku, sprawności fizycznej i stanu zdrowia. Rozumie zasady zdrowego odżywiania i wykorzystywania wspomagania w żywieniu osób podejmujących aktywność fizyczną. Zna zasady układania jadłospisów. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W05 | Posiada wiedzę na temat najczęstszych dysfunkcji występujących w sporcie oraz metod ich leczenia, rehabilitacji i profilaktyki. Zna wybrane metody i środki terapeutyczne stosowane w treningu sportowym. Posiada wiedzę na temat podstawowych form odnowy biologicznej. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W06 | Ma wiedzę na temat udzielania pierwszej pomocy w stanach zagrożenia zdrowia i życia, w szczególności charakterystycznych dla uczestnictwa w aktywności fizycznej. Rozumie zasady dbałości o higienę osobistą. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W07 | Ma wiedzę i zna terminologię nauk o sporcie | P6U_W | P6S_WG | Nauki o |

| | | | | |
|-------|--|-------|-------------------|----------------------------|
| | (pojęcia, teorie, metody i koncepcje dotyczące treningu sportowego). | | | kulturze fizycznej |
| K_W08 | Rozumie zasady diagnozowania, planowania, organizowania, prowadzenia, kontroli oraz oceny procesu treningowego w sporcie powszechnym i wyczynowym. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W09 | Zna i rozumie różnorodne zasady doboru metod, form i środków wykorzystywanych podczas ćwiczeń fizycznych w zależności od celów, sprawności fizycznej i stanu zdrowia osób podejmujących aktywność fizyczną. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W10 | Zna specyfikę i przepisy obowiązujące w powszechnych formach aktywności fizycznej. | P6U_W | P6S_WG | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W11 | Zna zadania pracy edukacyjno-wychowawczej w czasie działań animacyjnych z dziećmi i młodzieżą oraz pracy kulturalno-rozrywkowej w kontakcie z osobami dorosłymi. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W12 | Posiada wiedzę pozwalającą przygotowywać programy treningu ukierunkowane na poprawę zdolności motorycznych, sylwetki i zdrowia poprzez wykorzystanie nowoczesnych (aktualnych) form aktywności fizycznej. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W13 | Zna i charakteryzuje najbardziej popularne formy grupowych zajęć ruchowych przy muzyce. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W14 | Posiada wiedzę na temat przyczyn i objawów najczęstszych chorób cywilizacyjnych oraz rozumie znaczenie aktywności fizycznej w profilaktyce zdrowego stylu życia, w tym osób o specyficznych potrzebach zdrowotnych. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W15 | Rozumie znaczenie wiedzy psychologicznej, umiejętności i kompetencji społecznych w budowaniu relacji interpersonalnych i planowaniu pracy w sferze wolnoczasowej. Rozumie psychospołeczne podstawy funkcjonowania uczestników aktywności fizycznej. Posiada wiedzę na temat zjawisk społecznych i w oparciu o tę wiedzę dobiera optymalne metody oddziaływania. Rozumie wartość holistycznego postrzegania zdrowia oraz konieczność promocji postaw prozdrowotnych. Rozumie znaczenie motywacji i aspiracji w podejmowaniu aktywności fizycznej. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W16 | Posiada wiedzę z zakresu zarządzania i marketingu. Zna prawne, organizacyjne i etyczne zasady zakładania i prowadzenia działalności gospodarczej związanej z uczestnictwem w aktywności fizycznej. Rozumie znaczenie budowania dobrego | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |

| | | | | |
|---------------------|---|-------|------------------------------|----------------------------|
| | wizerunku w społeczeństwie. | | | |
| K_W17 | Posiada wiedzę na temat projektowania ścieżki własnego rozwoju i awansu zawodowego. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W18 | Zna problematykę badawczą w zakresie kompetencji zawodowych. Zna i rozumie problemy badawcze i organizacyjne oraz metody statystyczne stosowane w pracy naukowej. Zna i rozumie podstawowe pojęcia i zasady prawa o ochronie własności intelektualnej. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_W19 | Zna słownictwo w języku angielskim wykorzystywane w działalności zawodowej trenera personalnego. | P6U_W | P6S_WG, P6S_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| UMIEJĘTNOŚCI | | | | |
| K_U01 | Wykorzystuje wiedzę anatomiczną w nauczaniu czynności ruchowych oraz programowaniu procesu treningowego, z uwzględnieniem aspektów rozwojowych. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U02 | Na podstawie umiejętności wykonywania pomiarów antropometrycznych, biomechanicznych, fizjologicznych diagnozuje i monitoruje możliwości wysiłkowe organizmu. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U03 | Potrafi stosować metody i techniki pomiarowe do oceny postawy ciała, w tym wykorzystać wybrane testy funkcjonalne do oceny aparatu ruchu. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U04 | Potrafi wdrażać zasady zdrowego odżywiania oraz dbałości o higienę osobistą. Potrafi dokonać oceny sposobu żywienia oraz ocenić wartość odżywczą różnych produktów. Potrafi opracować jadłospis i ocenić jego wartość energetyczną dla osób podejmujących różne rodzaje aktywności fizycznej. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U05 | Umie przewidywać zagrożenia dla życia i zdrowia, właściwie postępować w sytuacji zagrożenia życia oraz udzielać pomocy przedmedycznej. | P6U_U | P6S_UW | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U06 | Potrafi zaplanować i przeprowadzić działania sprzyjające prewencji wczesnej i odnowie biologicznej uczestników różnych form aktywności fizycznej. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U07 | Posiada umiejętność planowania, prowadzenia, kontroli i oceny procesu treningowego, z uwzględnieniem celów treningowych, sprawności fizycznej i stanu zdrowia uczestników wybranych form aktywności fizycznej. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U08 | Posiada umiejętność posługiwania się zasadami, formami, środkami i metodami w programowaniu i realizacji treningu w sporcie | P6U_U | P6S_UW, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |

| | | | | |
|-------|--|-------|------------------------------|----------------------------|
| | powszechnym i wyczynowym. | | | |
| K_U09 | Prowadzi, sędziuje, uczestniczy w podejmowanych formach aktywności fizycznej, w tym uwzględniających współzawodnictwo w popularnych sportach. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U10 | Potrafi formułować cele oraz dobierać metody i techniki niezbędne do modelowania zachowań uczestników animacji czasu wolnego. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UO, P6S_UK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U11 | Posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe umożliwiające samodzielne uczestnictwo w popularnych sportach indywidualnych i zespołowych. Wykorzystuje nowoczesne technologie i narzędzia dedykowane wybranym formom aktywności fizycznej. Prowadzi doradztwo w zakresie wykorzystania nowoczesnych technologii i doboru sprzętu sportowego w różnych formach aktywności fizycznej. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U12 | Posiada umiejętności doboru form aktywności fizycznej adekwatnych do potrzeb uczestników sportu powszechnego. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U13 | Umie prowadzić zajęcia rytmiczno-taneczne z wykorzystaniem muzyki. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U14 | Potrafi zaplanować i prowadzić zajęcia ruchowe dla osób o specyficznych potrzebach zdrowotnych zgodnie z profilaktyką zdrowego stylu życia. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U15 | Potrafi przeprowadzić wywiad pozwalający uzyskać informacje dotyczące charakterystyki społecznej, stanu zdrowia, oczekiwań i celów formułowanych przez podopiecznych, przeanalizować zebrane informacje i zaplanować na ich podstawie właściwy trening. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U16 | Potrafi spójnie i logicznie prezentować i bronić własnych opinii i stanowisk oraz umiejętnie dążyć do osiągnięcia porozumienia oraz negocjować w przypadku konfrontacji z przeciwnymi opiniami. | P6U_U | P6S_UK, P6S_UU | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U17 | Potrafi samodzielnie i w zespole planować oraz organizować przedsięwzięcia sportowe, w tym dla osób o specyficznych potrzebach. | P6U_U | P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U18 | Potrafi świadomie i celowo budować swój wizerunek w społeczeństwie poprzez relacje publiczne. | P6U_U | P6S_UK, P6S_UU | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U19 | Potrafi dokonać krytycznej analizy własnych działań. Posiada umiejętność określania własnych braków i niedociągnięć oraz pracy | P6U_U | P6S_UK, P6S_UU | Nauki o kulturze fizycznej |

| | | | | |
|------------------------------|--|-------|------------------------------|----------------------------|
| | nad ich niwelowaniem. | | | |
| K_U20 | Potrafi posługiwać się zasadami i normami etycznymi w wykonywanej pracy zawodowej. | P6U_U | P6S_UK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U21 | Posiada umiejętność dostrzegania problemów i wykorzystywania podstawowych metod badawczych oraz potrafi przygotować raport z badań zgodnych z obszarem planowanych kompetencji zawodowych. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UU | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U22 | Potrafi gromadzić i przetwarzać informacje z wykorzystaniem technik informatycznych i elektronicznych źródeł informacji. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_U23 | Ma umiejętności językowe w zakresie sportu zgodne z wymaganiami określonymi dla poziomu B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia Językowego. | P6U_U | P6S_UW, P6S_UK | Nauki o kulturze fizycznej |
| KOMPETENCJE SPOŁECZNE | | | | |
| K_K01 | Jest gotów do efektywnej współpracy i komunikacji ze specjalistami z innych, wspierających obszarów zawodowych (z dietetykiem, fizjoterapeutą, lekarzem). | P6U_K | P6S_KK, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K02 | Dbą o poziom sprawności fizycznej niezbędny do wykonywania zadań zawodowych. | P6U_K | P6S_KR | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K03 | Jest odpowiedzialny, profesjonalnie i etycznie realizuje powierzone mu zadania. Zawsze działa z poszanowaniem zdrowia i życia ludzkiego. | P6U_K | P6S_KR, P6S_KK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K04 | Posiada zdolność do pracy w zespole, realizuje cele społeczne w zakresie aktywności fizycznej. | P6U_K | P6S_KO, P6S_KR | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K05 | Ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności. Posiada potrzebę ciągłego dokształcania się zawodowego i rozwoju osobistego. Dokonuje samooceny własnych kompetencji i doskonali umiejętności w trakcie prowadzenia działalności praktycznej. | P6U_K | P6S_KK, P6S_KR | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K06 | Jest gotów do promowania zasad etyki zawodowej specyficznej dla realizacji treningu sportowego w środowisku sportowym. | P6U_K | P6S_KO, P6S_KR | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K07 | Posiada potrzebę korzystania z dorobku nauk wspierających aktywność fizyczną i docenia możliwość współpracy z ich przedstawicielami. Dbą o wysoki standard transferu interdyscyplinarnej wiedzy naukowej do praktyki zawodowej. Na bieżąco śledzi ważne wydarzenia sportowe. | P6U_K | P6S_KK, P6S_KR, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K08 | Propaguje aktywność fizyczną i zachowania prozdrowotne w środowisku lokalnym, poprzez aktywne uczestnictwo w życiu społecznym i sportowym. | P6U_K | P6S_KO, P6S_KR | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K09 | Realizując zadania i cele uwzględnia obowiązujące akty prawne oraz bezpieczeństwo i zdrowie osób | P6U_K | P6S_KO, P6S_KR, P6S_UO | Nauki o kulturze fizycznej |

| | | | | |
|-------|---|-------|------------------------------|----------------------------|
| | z którymi współpracuje. | | | |
| K_K10 | Nawiązuje relacje społeczne w sposób prawidłowy, posługując się skutecznie dostępnymi kanałami komunikacji. Jest zdolny do empatycznego rozumienia treści wypowiedzi rozmówców. | P6U_K | P6S_KO, P6S_UK, P6S_KR | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K11 | Jest asertywny i świadomy potrzeby stosowania technik radzenia sobie ze stresem i objawami wypalenia zawodowego. | P6U_K | P6S_KO, P6S_KK | Nauki o kulturze fizycznej |
| K_K12 | Jest gotów do wykonywania bieżącej oceny i korekty realizowanych zadań oraz projektów. | P6U_K | P6S_KO, P6S_KK | Nauki o kulturze fizycznej |

Objaśnienie oznaczeń w symbolach:

(*)

Zgodnie z ustawą o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji oraz rozporządzeniem MNiSW ws charakterystyk drugiego stopnia efektów uczenia się dla kwalifikacji na poziomach 6-8 Polskiej Ramy Kwalifikacji lub standardem kształcenia

P6U – uniwersalne charakterystyki I stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacyjnej – poziom 6

P6S – charakterystyki II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacyjnej – poziom 6

_WG - Zakres i głębia / kompletność perspektywy poznawczej i zależności

_WK - Kontekst / uwarunkowania, skutki

_UW - Wykorzystanie wiedzy / rozwiązywane problemy i wykonywane zadania

_UK - Komunikowanie się / odbieranie i tworzenie wypowiedzi, upowszechnianie wiedzy w środowisku naukowym i posługiwanie się językiem obcym

_UO - Organizacja pracy / planowanie i praca zespołowa

_UU - Uczenie się/planowanie własnego rozwoju i rozwoju innych osób

_KK - Oceny/krytyczne podejście

_KO - Odpowiedzialność/wypełnianie zobowiązań społecznych i działanie na rzecz interesu publicznego

_KR - Rola zawodowa/niezależność i rozwój etosu.

(**)

K_ - kierunkowe efekty uczenia się

_W – (po podkreślniku) kategoria wiedzy

_U - (po podkreślniku) kategoria umiejętności

_K - (po podkreślniku) kategoria kompetencji społecznych

Tabela pokrycia

| Kierunek studiów Trener Personalny Profil kształcenia Praktyczny Poziom kształcenia Studia pierwszego stopnia Poziom PRK 6 Dyscyplina naukowa/dyscyplina wiodąca Nauki o Kulturze Fizycznej | | | | |
|--|---|----------------------|---|---|
| Pokrycie charakterystyk pierwszego i drugiego stopnia przez kierunkowe efekty uczenia się | | | | |
| Dyscyplina naukowa*** | Charakterystyki I i II stopnia PRK (symbole*) | | Treść charakterystyk I i II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji Absolwent: | Pokrycie efektami kierunkowymi (symbole**) |
| | I stopnia | II stopnia /standard | | |
| WIEDZA: absolwent zna i rozumie | | | | |
| Nauki o kulturze fizycznej | P6U_W | P6S_WG | <p>Charakterystyka I stopnia: w zaawansowanym stopniu – fakty, teorie, metody oraz złożone zależności między nimi; różnorodne, złożone uwarunkowania prowadzonej działalności.</p> <p>Charakterystyka II stopnia: w zaawansowanym stopniu – wybrane fakty, obiekty i zjawiska oraz dotyczące ich metody i teorie wyjaśniające złożone zależności między nimi, stanowiące podstawową wiedzę ogólną z zakresu dyscyplin naukowych lub artystycznych tworzących podstawy teoretyczne oraz wybrane zagadnienia z zakresu wiedzy szczegółowej – właściwe dla programu studiów, a w przypadku studiów o profilu praktycznym – również zastosowania praktyczne tej wiedzy w działalności zawodowej związanej z ich kierunkiem.</p> | K_W01, K_W02, K_W03, K_W04, K_W05, K_W06, K_W07, K_W08, K_W09, K_W10, K_W11, K_W12, K_W13, K_W14, K_W15, K_W16, K_W17, K_W18, K_W19 |
| Nauki o kulturze fizycznej | | P6S_WK | <p>Charakterystyka II stopnia: fundamentalne dylematy współczesnej cywilizacji; podstawowe ekonomiczne, prawne, etyczne i inne uwarunkowania różnych rodzajów działalności zawodowej związanej z kierunkiem studiów, w tym podstawowe pojęcia i zasady z zakresu ochrony własności przemysłowej i prawa autorskiego; podstawowe zasady tworzenia i rozwoju różnych form przedsiębiorczości</p> | K_W02, K_W03, K_W04, K_W05, K_W06, K_W08, K_W09, K_W11, K_W12, K_W13, K_W14, K_W15, K_W16, K_W17, K_W18, K_W19 |
| UMIEJĘTNOŚCI: absolwent potrafi | | | | |
| Nauki o kulturze | P6U_U | P6S_UW | <p>Charakterystyka I stopnia: innowacyjnie wykonywać zadania oraz rozwiązywać złożone i nietypowe</p> | K_U01, K_U02, K_U03, K_U04, K_U05, K_U06, |

| | | | | |
|---|--------------|---------------|--|---|
| fizycznej | | | <p>problemy w zmiennych i nie w pełni przewidywalnych warunkach; samodzielnie planować własne uczenie się przez całe życie; komunikować się z otoczeniem, uzasadniać swoje stanowisko.</p> <p>Charakterystyka II stopnia:</p> <p>wykorzystywać posiadaną wiedzę – formułować i rozwiązywać złożone i nietypowe problemy oraz wykonywać zadania w warunkach nie w pełni przewidywalnych przez:</p> <ul style="list-style-type: none"> – właściwy dobór źródeł i informacji z nich pochodzących, dokonywanie oceny, krytycznej analizy i syntezy tych informacji, – dobór oraz stosowanie właściwych metod i narzędzi, w tym zaawansowanych technik informacyjno-komunikacyjnych; <p>wykorzystywać posiadaną wiedzę – formułować i rozwiązywać problemy oraz wykonywać zadania typowe dla działalności zawodowej związanej z kierunkiem studiów – w przypadku studiów o profilu praktycznym</p> | K_U07, K_U08, K_U09, K_U10, K_U11, K_U12, K_U13, K_U14, K_U15, K_U21, K_U22, K_U23 |
| Nauki o kulturze fizycznej | | P6S_UK | <p>Charakterystyka II stopnia:</p> <p>komunikować się z otoczeniem z użyciem specjalistycznej terminologii; brać udział w debacie – przedstawiać i oceniać różne opinie i stanowiska oraz dyskutować o nich;</p> <p>posługiwać się językiem obcym na poziomie B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia Językowego.</p> | K_U01, K_U02, K_U04, K_U09, K_U10, K_U11, K_U13, K_U14, K_U15, K_U16, K_U17, K_U18, K_U19, K_U20, K_U22, K_U23 K_K10 |
| Nauki o kulturze fizycznej | | P6S_UO | <p>Charakterystyka II stopnia:</p> <p>planować i organizować pracę indywidualną oraz w zespole; współdziałać z innymi osobami w ramach prac zespołowych (także o charakterze interdyscyplinarnym).</p> | K_U02, K_U03, K_U04, K_U06, K_U07, K_U08, K_U10, K_U11, K_U12, K_U13, K_U14, K_U15, K_U17, K_U20 K_K01, K_K07K_K09, |
| Nauki o kulturze fizycznej | | P6S_UU | <p>Charakterystyka II stopnia:</p> <p>samodzielnie planować i realizować własne uczenie się przez całe życie</p> | K_U16, K_U18, K_U19, K_U21 |
| KOMPETENCJE SPOŁECZNE: absolwent jest gotów do | | | | |
| Nauki o kulturze fizycznej | P6U_K | P6S_KK | <p>Charakterystyka I stopnia:</p> <p>kultywowania i upowszechniania wzorów właściwego postępowania w środowisku pracy i poza nim;</p> | K_K01, K_K03, K_K05, K_K07, K_K11, K_K12 |

| | | | |
|----------------------------|---------------|--|---|
| | | <p>samodzielnego podejmowania decyzji, krytycznej oceny działań własnych, działań zespołów, którymi kieruje, i organizacji, w których uczestniczy, przyjmowania odpowiedzialności za skutki tych działań.</p> <p>Charakterystyka II stopnia: krytycznej oceny posiadanej wiedzy i odbieranych treści; uznawania znaczenia wiedzy w rozwiązywaniu problemów poznawczych i praktycznych oraz zasięgania opinii ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązaniem problemu</p> | |
| Nauki o kulturze fizycznej | P6S_KO | <p>Charakterystyka II stopnia: wypełniania zobowiązań społecznych, współorganizowania działalności na rzecz środowiska społecznego; inicjowania działań na rzecz interesu publicznego; myślenia i działania w sposób przedsiębiorczy.</p> | <p>K_W01 K_K04, K_K06, K_K08, K_K09, K_K10, K_K11, K_K12</p> |
| Nauki o kulturze fizycznej | P6S_KR | <p>Charakterystyka II stopnia: odpowiedzialnego pełnienia ról zawodowych, w tym: – przestrzegania zasad etyki zawodowej i wymagania tego od innych, – dbałości o dorobek i tradycje zawodu</p> | <p>K_K02, K_K03, K_K05, K_K06, K_K07, K_K08, K_K09, K_K10</p> |

Objaśnienie oznaczeń w symbolach:

(*)

Zgodnie z ustawą o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji oraz rozporządzeniem MNiSW ws charakterystyk drugiego stopnia efektów uczenia się dla kwalifikacji na poziomach 6-8 Polskiej Ramy Kwalifikacji lub standardem kształcenia

(**)

K_ - kierunkowe efekty uczenia się

_W – (po podkreślniku) kategoria wiedzy

_U - (po podkreślniku) kategoria umiejętności

_K - (po podkreślniku) kategoria kompetencji społecznych

(***)

Zgodnie z rozporządzeniem MNiSW ws dziedzin nauki i dyscyplin naukowych oraz dyscyplin artystycznych - wskazanie dyscypliny, w ramach której uzyskiwany jest efekt uczenia się

Program studiów - kierunek Trener Personalny, studia pierwszego stopnia

| Ogólna charakterystyka studiów | |
|---|---|
| Jednostka prowadząca kierunek studiów: | Wydział Wychowania Fizycznego i Zdrowia w Białej Podlaskiej |
| Kierunek studiów: | Trener Personalny |
| Poziom kwalifikacji, zgodnie z PRK: | Poziom 6 |
| Poziom studiów: | Studia pierwszego stopnia |
| Profil studiów: | praktyczny |

| | |
|--|---|
| Umiejscowienie kierunku w dyscyplinie naukowej/dyscyplinach ze wskazaniem dyscypliny wiodącej (z uzasadnieniem) | <p>Kierunek „Trener personalny” umiejscowiony został w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauk o kulturze fizycznej (100%). Jego usytuowanie w tej dyscyplinie wynika z jednolitego profilu kwalifikacji Trener personalny – specjalisty w zakresie zarządzania aktywnością fizyczną i prozdrowotnym stylem życia. Interdyscyplinarny charakter kultury fizycznej, która w myśl Ustawy o sporcie mieści w sobie sport zdefiniowany jako „wszelkie formy aktywności fizycznej, które przez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane wpływają na wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiągnięcie wyników sportowych na wszelkich poziomach” oraz inne komponenty kultury fizycznej obejmujące higienę osobistą, wczesną profilaktykę i promocję zdrowia, a także racjonalną organizację czynnego wypoczynku, w pełni pozwalają zabezpieczyć założone cele kształcenia. Przyjęte poniżej efekty kształcenia zapewniają niezbędne kompetencje zawodowe, które przejawiają się w postaci: samodzielnego diagnozowania, planowania, organizowania, prowadzenia, kontroli i oceny aktywności fizycznej w obszarze sportu, z uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób o różnym poziomie sprawności fizycznej, wieku i stanie zdrowia; znajomości zasad oraz metod pozwalających na wdrożenie uczestników sportu do prozdrowotnego stylu życia, w tym zasady zdrowego żywienia; posiadania wiedzy psychologicznej, umiejętności oraz kompetencji społecznych niezbędnych do budowania relacji interpersonalnych z klientem lub grupą klientów, a także rozpoznawania i samodzielnego rozwiązywania problemów pojawiające się w czasie uczestnictwa w aktywności fizycznej; wykorzystywania nowych technologii wspomagających aktywność fizyczną; prowadzenia działalności gospodarczej w obszarze kultury fizycznej oraz efektywnej współpracy ze specjalistami z innych obszarów zawodowych, wspierających udział w aktywności fizycznej.</p> |
| Forma studiów: | Studia stacjonarne |
| Liczba semestrów: | 6 |
| Liczba punktów ECTS konieczna do uzyskania kwalifikacji odpowiadających poziomowi studiów: | 182 ECTS (włącznie z 2. ECTS uzyskanych w ramach przedmiotów ogólnouczeniowych lub niezwiązanych z kierunkiem studiów) |

| | |
|--|---|
| Łączna liczba godzin dydaktycznych (zajęć): | 2.880 godzin zajęć |
| Tytuł zawodowy uzyskiwany przez absolwenta: | Licencjat |
| Specjalność: | - |
| Ogólne cele kształcenia (<i>typowe miejsce pracy – jeżeli można je wskazać</i>) oraz możliwości zatrudnienia i kontynuacji kształcenia przez absolwentów kierunku: | <p><u>Cele kształcenia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ przygotowanie do samodzielnego diagnozowania, planowania, organizowania, prowadzenia, kontroli i oceny aktywności fizycznej w obszarze sportu, z uwzględnieniem potrzeb i możliwości osób o różnym poziomie sprawności fizycznej, wieku i stanie zdrowia; ✓ znajomość zasad oraz metod pozwalających na wdrożenie uczestników sportu do prozdrowotnego stylu życia, w tym zasady zdrowego żywienia; ✓ posiadanie wiedzy psychologicznej, umiejętności oraz kompetencji społecznych niezbędnych do budowania relacji interpersonalnych z klientem lub grupą klientów, a także rozpoznawania i samodzielnego rozwiązywania problemów pojawiające się w czasie uczestnictwa w aktywności fizycznej; ✓ wykorzystywanie nowych technologii wspomagających aktywność fizyczną; ✓ prowadzenie działalności gospodarczej w obszarze kultury fizycznej oraz efektywnej współpracy ze specjalistami z innych obszarów zawodowych, wspierających udział w aktywności fizycznej; ✓ posiadanie umiejętności z zakresu języka obcego na poziomie B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia Językowego. <p><u>Możliwość zatrudnienia i kontynuacji kształcenia przez absolwentów kierunku.</u></p> <p>Zakłada się, że absolwenci kierunku trener personalny znajdą zatrudnienie w ośrodkach sportowo-rekreacyjnych, klubach fitness, klubach sportowych, hotelach, ośrodkach dla ludzi starszych, uzdrowiskach, na zgrupowaniach sportowych, zorganizowanych wczasach i koloniach dla dzieci; będą mogły prowadzić zajęcia dla osób z chorobami cywilizacyjnymi oraz po rehabilitacji ruchowej, dla dzieci ze specjalnymi potrzebami oraz będą przygotowani do założenia i prowadzenia własnej działalności gospodarczej. Ukończenie studiów I stopnia pozwoli podjąć studia II stopnia na wybranych kierunkach.</p> |

| | |
|---|---|
| Wskazanie związku programu studiów z misją i strategią Akademii Wychowania Fizycznego J. Piłsudskiego w Warszawie | Program kształcenia przygotowany zgodnie z misją i wizją Uczelni, którą jest odkrywanie prawdy i kształcenie studentów, mieści się w celu strategicznym 6.1 – „ <i>Nowoczesna uczelnia kształcąca wysoko kwalifikowanych pracowników na potrzeby sportu, turystyki i rekreacji oraz służby zdrowia i zarządzania tymi obszarami</i> ” oraz celu operacyjny 1. „ <i>Poszerzenie oferty dydaktycznej</i> ”, ponadto uwzględnia bieżące i prognozowane potrzeby rynku pracy. |
| Wskazanie, czy w procesie definiowania efektów uczenia się oraz w procesie przygotowania i udoskonalania programu studiów uwzględniono opinie interesariuszy. w tym w szczególności studentów, absolwentów, pracodawców: | Efekty kształcenia opracowano z uwzględnieniem opinii interesariuszy wewnętrznych i zewnętrznych. <u>1. Pracodawcy</u> – opinie opiekunów praktyk zawodowych (nauczycieli w-f, trenerów) realizowanych na kierunku wychowanie fizyczne i sport, – opinie właścicieli klubów fitness, ośrodków rekreacyjno-sportowych, członków zarządu klubów sportowych, – opinie absolwentów wydziału, gromadzone przez biuro monitorujące losy absolwentów. <u>2. Studenci</u> – opinie studentów studiów kierunku wychowanie fizyczne i sport w Filii AWF w Białej Podlaskiej, – wyniki, wnioski przedstawione w pracach dyplomowych studentów kierunku wychowanie fizyczne. <u>3. Nauczyciele akademicy</u> – opinie nauczycieli akademickich na kierunku wychowanie fizyczne i sport w Filii AWF w Białej Podlaskiej, w tym osób prowadzących zajęcia o charakterze praktycznym, którzy zdobyli doświadczenie zawodowe poza uczelnią wyższą. |
| Wymagania wstępne (oczekiwane kompetencje kandydata) – zwłaszcza w przypadku studiów drugiego stopnia: | Wyniki ocen ze świadectwa dojrzałości, orzeczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do podjęcia nauki na kierunku trener personalny oraz wyniki egzaminów sprawnościowych. |
| Zasady rekrutacji | Zgodne z Uchwałą Senatu AWF Warszawa oraz Regulaminem Rekrutacji w AWF Warszawa |

Grupy zajęć z zakładanymi efektami uczenia się

| Grupy zajęć | Przedmioty | Liczba punktów ECTS | Charakter zajęć obowiązkowy/fakultatywny | Przynależność do dyscypliny naukowej (w przypadku przyporządkowania kierunku do więcej niż jednej dyscypliny) | Zakładane efekty uczenia się | Sposoby weryfikacji zakładanych efektów kształcenia osiągniętych przez studenta |
|--|---|----------------------------|---|--|---|--|
| Grupa zajęć I Moduł przyrodniczy | Anatomia i kinezylogia | 12 | obowiązkowy | - | K_W01, K_W02, K_W03, K_W04, K_W05, K_W06, K_W08, K_W09, K_W12, K_W14; K_U01, K_U02, K_U03, K_U04, K_U05, K_U06, K_U07, K_U08, K_U15; K_K01, K_K03, K_K04, K_K05, K_K07, K_K08, K_K09; | Zaliczenie na ocenę i egzamin |
| | Fizjologia i biochemia wysiłku fizycznego | 8 | obowiązkowy | - | | |
| | Żywnienie i suplementacja | 8 | obowiązkowy | - | | |
| | Elementy fizjoterapii w sporcie | 8 | obowiązkowy | - | | |
| Grupa zajęć II Moduł przygotowania motorycznego | Teoria i technologia treningu sportowego | 3 | obowiązkowy | - | K_W01, K_W02, K_W03, K_W05, K_W07, K_W08, K_W09, K_W10, K_W12; K_U01, K_U02, K_U06, K_U07, K_U08, K_U10, K_U11, K_U12, K_U17, K_U21; | Zaliczenie na ocenę i egzamin |
| | Trening ogólnorozwojowy | 3 | obowiązkowy | - | | |
| | Trening siły i mocy mięśniowej | 8 | obowiązkowy | - | | |
| | Trening szybkości | 6 | obowiązkowy | - | | |

| | | | | | | |
|---|--|----|--------------|---|--|----------------------------------|
| | Trening wytrzymałości | 9 | obowiązkowy | - | K_K01, K_K02, K_K03, K_K05, K_K07, K_K12; | |
| Grupa zajęć III Moduł sportu dla wszystkich | Nowoczesne formy aktywności fizycznej | 15 | fakultatywny | - | K_W01, K_W02, K_W03, K_W04, K_W05, K_W06, K_W07, K_W08, K_W09, K_W10, K_W11, K_W12, K_W13, K_W14, K_W15; K_U01, K_U02, K_U03, K_U05, K_U06, K_U07, K_U08, K_U09, K_U10, K_U11, K_U12, K_U13, K_U14, K_U18, K_U17, K_U19; K_K01, K_K02, K_K03, K_K04, K_K05, K_K07, K_K08, K_K09, K_K10, K_K11, K_K12; | Zaliczenie na ocenę i egzamin |
| | Animacja czasu wolnego | 3 | obowiązkowy | - | | |
| | Ćwiczenia prozdrowotne | 6 | obowiązkowy | - | | |
| | Aktywność fizyczna w każdym wieku | 6 | obowiązkowy | - | | |
| | Ćwiczenia usprawniające | 9 | fakultatywny | - | | |
| | Szkoła letnia/zimowa | 6 | fakultatywny | - | | |
| Grupa zajęć IV Moduł . Relacji interpersonalnych | Język obcy | 4 | obowiązkowy | - | K_W01, K_W02, K_W03, K_W04, K_W05, K_W08, K_W09, K_W11, K_W12, K_W14, K_W15, K_W16, K_W17, K_W18, | Zaliczenie na ocenę i egzamin |
| | Umiejętności coachingowe | 10 | obowiązkowy | - | | |

| | | | | | | |
|---|--|--|--|---|--|---------------------|
| | Biznes i marketing | 8 | obowiązkowy | - | K_W19; K_U01, K_U06, K_U07, K_U08, K_U09, K_U10, K_U11, K_U12, K_U15, K_U16, K_U17, K_U18, K_U19, K_U20, K_U22, K_U23; K_K01, K_K03, K_K04, K_K05, K_K06, K_K07, K_K09, K_K10, K_K11, K_K12; | |
| | Projekty | 8 | obowiązkowy | - | | |
| Grupa zajęć V Moduł praktyk | Praktyki zawodowe | 40 | obowiązkowy | - | K_W08, K_W09, K_W10, K_W12, K_W16; K_U07, K_U08, K_U11, K_U12; K_K02, K_K03, K_K05, K_K06, K_K09; | Zaliczenie na ocenę |
| Grupa zajęć VI Moduł przedmiotów ogólnouczeniowych | Przedmiot ogólnouczeniowy lub niezwiązany z kierunkiem studiów | 2 | fakultatywny | - | K_W01, K_W02, K_W04, K_W15; K_U04, K_U18; K_K01, K_K05; | Zaliczenie na ocenę |
| Szczegółowe wskaźniki punktacji ECTS* | | | | | | |
| Grupy zajęć | Przedmioty | Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje na zacięciach wymagających bezpośredniego | Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć o charakterze praktycznym, w | Liczba punktów ECTS, którą student musi uzyskać w ramach zajęć związanych z prowadzoną w uczelni działalnością naukową w | Liczba punktów ECTS, którą student musi uzyskać w ramach zajęć z dziedziny nauk humanistycznych lub społecznych | |

| | | udziału nauczycieli akademickich | tym zajęć laboratoryjnych i projektowych | dyscyplinie [-ach], do której przyporządkowany jest kierunek studiów | |
|--|--|---|---|---|---|
| Grupa zajęć I Moduł przyrodniczy | Anatomia i kinezyjologia | 7 | - | nie dotyczy | - |
| | Fizjologia i biochemia wysiłku fizycznego | 5 | - | nie dotyczy | - |
| | Żywnienie i suplementacja | 5 | | nie dotyczy | - |
| | Elementy fizjoterapii w sporcie | 4 | - | nie dotyczy | - |
| Grupa zajęć II Moduł przygotowania motorycznego | Teoria i technologia treningu sportowego | 2 | - | nie dotyczy | - |
| | Trening ogólnorozwojowy | 1 | 3 | nie dotyczy | - |
| | Trening siły i mocy mięśniowej | 5 | 8 | nie dotyczy | - |
| | Trening szybkości | 2 | 6 | nie dotyczy | - |
| | Trening wytrzymałości | 5 | 9 | nie dotyczy | - |
| Grupa zajęć III Moduł sportu dla wszystkich | Nowoczesne formy aktywności fizycznej | 11 | 15 | nie dotyczy | - |
| | Animacja czasu wolnego | 2 | 3 | | - |
| | Ćwiczenia prozdrowotne | 5 | 6 | | - |

| | | | | | |
|---|--|-------------|-----|-------------|----|
| | | | | | |
| | Aktywność fizyczna w każdym wieku | 4 | - | | - |
| | Ćwiczenia usprawniające | 4 | 9 | nie dotyczy | - |
| | Szkoła letnia/zimowa | 2 | 6 | nie dotyczy | - |
| Grupa zajęć IV Moduł relacji interpersonalnych | Język obcy | 2 | | nie dotyczy | - |
| | Umiejętności coachingowe | 5 | | nie dotyczy | 10 |
| | Biznes i marketing | 2 | | nie dotyczy | 8 |
| | Projekty | 2 | | nie dotyczy | 8 |
| Grupa zajęć V Moduł praktyk | Praktyki zawodowe | 30 | 40 | nie dotyczy | - |
| Grupa zajęć VI Moduł przedmiotów ogólnouczeniowych | Przedmiot ogólnouczeniowy lub niezwiązany z kierunkiem studiów | 1 | - | nie dotyczy | - |
| | Razem: | 106 | 105 | nie dotyczy | 26 |
| Wymiar % punktów ECTS, którą student uzyskuje na skutek wyboru modułów kształcenia | | 42% | | | |
| Wymiar % punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć praktycznych (dla profilu praktycznego) | | 58% | | | |
| Wymiar % punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć związanych z działalnością naukową uczelni, w dyscyplinie | | Nie dotyczy | | | |

| | |
|---|-------------------|
| /dyscyplinach , do których przyporządkowany jest kierunek studiów (dla profilu ogólnoakademickiego) | |
| Wymiar % punktów ECTS dla każdej z dyscyplin naukowych, ze wskazaniem dyscypliny wiodącej (dla kierunku studiów przyporządkowanego do więcej niż jednej dyscypliny naukowej) | Nie dotyczy |
| Wymiar % punktów ECTS, która student uzyskuje w ramach kształcenia z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość | Nie więcej niż 7% |

Program studiów obowiązuje od semestru I roku akademickiego 2022/2023.

Projekt programu studiów został uchwalony na posiedzeniu Rady Wydziału Wychowania Fizycznego i Zdrowia w dniu r.

.....
(podpis Dziekana)

**Specyfikacja/matryca efektów uczenia się dla programu kształcenia na kierunku Trener Personalny
studia pierwszego stopnia**

Matryca efektów uczenia się określa relacje między efektami uczenia się zdefiniowanymi dla programu studiów (efektami kierunkowymi) i efektami uczenia się zdefiniowanymi dla poszczególnych grup przedmiotów/ przedmiotów.

| Efekty uczenia się dla programu studiów (kierunku) | Grupy przedmiotów / przedmioty | | | | | |
|--|--------------------------------|--|-------------------------------------|---|-----------------------|---|
| | GP_1 Moduł przyrodniczy | GP_2 Moduł przygotowania motorycznego | GP_3 Moduł sportu dla wszystkich | GP_4 Moduł relacji interpersonalnych | GP_5 Moduł praktyk | GP_6 Moduł przedmiotów ogólnouczeniowych |
| K_W01 | + | + | + | + | | + |
| K_W02 | + | + | + | + | | + |
| K_W03 | + | + | + | + | | |
| K_W04 | + | | + | + | | + |
| K_W05 | + | + | + | + | | |
| K_W06 | + | | + | | | |
| K_W07 | | + | + | | | |
| K_W08 | + | + | + | + | + | |
| K_W09 | + | + | + | + | + | |
| K_W10 | | + | + | | + | |
| K_W11 | | | + | + | | |
| K_W12 | + | + | + | + | + | |
| K_W13 | | | + | | | |
| K_W14 | + | | + | + | | |
| K_W15 | | | + | + | | + |
| K_W16 | | | | + | + | |
| K_W17 | | | | + | | |

| | | | | | | |
|-------|---|---|---|---|---|---|
| K_W18 | | | | + | | |
| K_W19 | | | | + | | |
| K_U01 | + | + | + | + | | |
| K_U02 | + | + | + | | | |
| K_U03 | + | | + | | | |
| K_U04 | + | | | | | + |
| K_U05 | + | | + | | | |
| K_U06 | + | + | + | + | | |
| K_U07 | + | + | + | + | + | |
| K_U08 | + | + | + | + | + | |
| K_U09 | | | + | + | | |
| K_U10 | | + | + | + | | |
| K_U11 | | + | + | + | + | |
| K_U12 | | + | + | + | + | |
| K_U13 | | | + | | | |
| K_U14 | | | + | | | |
| K_U15 | + | | | + | | |
| K_U16 | | | | + | | |
| K_U17 | | + | + | + | | |
| K_U18 | | | + | + | | + |
| K_U19 | | | + | + | | |
| K_U20 | | | | + | | |
| K_U21 | | + | | | | |
| K_U22 | | | | + | | |
| K_U23 | | | | + | | |
| K_K01 | + | + | + | + | | + |

| | | | | | | |
|-------|---|---|---|---|---|---|
| K_K02 | | + | + | | + | |
| K_K03 | + | + | + | + | + | |
| K_K04 | + | | + | + | | |
| K_K05 | + | + | + | + | + | + |
| K_K06 | | | | + | + | |
| K_K07 | + | + | + | + | | |
| K_K08 | + | | + | | | |
| K_K09 | + | | + | + | + | |
| K_K10 | | | + | + | | |
| K_K11 | | | + | + | | |
| K_K12 | | + | + | + | | |

Plan studiów - kierunek Trener Personalny, studia pierwszego stopnia

| | |
|---|---|
| Jednostka prowadząca kierunek studiów: | Wydział Wychowania Fizycznego i Zdrowia w Białej Podlaskiej |
| Kierunek studiów: <i>(nazwa kierunku musi być adekwatna do zawartości programu studiów, a zwłaszcza do zakładanych efektów uczenia się)</i> | Trener Personalny |
| Poziom studiów: <i>(studia pierwszego, drugiego stopnia, jednolite studia magisterskie)</i> | studia pierwszego stopnia |
| Profil studiów: <i>(ogólnoakademicki, praktyczny)</i> | praktyczny |
| Forma studiów: <i>(studia stacjonarne, studia niestacjonarna)</i> | studia stacjonarne |
| Specjalność: | - |
| Liczba semestrów: | 6 |
| Liczba punktów ECTS: | 182 ECTS (włącznie z 2. ECTS uzyskanych w ramach przedmiotów ogólnouczelnianych lub niezwiązanych z kierunkiem studiów) |
| Łączna liczba godzin zajęć: | 2.880 godzin zajęć |

I semestr

| Kod przedmiotu | Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Liczba punktów ECTS | Forma zaliczenia |
|-----------------------|--|--------------------|----------------------|----------------------------|-------------------------|
| TP/I/st/01 | Anatomia i kinezyjologia | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/02 | Fizjologia i biochemia wysiłku fizycznego | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/06 | Trening ogólnorozwojowy | ćwiczenia | 30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/07 | Trening siły i mocy mięśniowej | wykłady/ćwiczenia | 30/60 | 5 | Zo |
| TP/I/st/10 | Nowoczesne formy aktywności fizycznej | wykłady/ćwiczenia | 30/60 | 5 | Zo/E |
| TP/I/st/17 | Umiejętności coachingowe | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| Łącznie | | | 135/240 | 24 | |

II semestr

| Kod przedmiotu | Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Liczba punktów ECTS | Forma zaliczenia |
|----------------|---|-------------------|----------------|---------------------|------------------|
| TP/I/st/01 | Anatomia i kinezylogia | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/02 | Fizjologia i biochemia wysiłku fizycznego | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo/E |
| TP/I/st/05 | Teoria i technologia treningu sportowego | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo/E |
| TP/I/st/09 | Trening wytrzymałości | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/14 | Ćwiczenia usprawniające | ćwiczenia | 30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/17 | Umiejętności coachingowe | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/19 | Projekty | ćwiczenia | 30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/20 | Praktyki zawodowe | ćwiczenia | 192 | 8 | Zo |
| Łącznie | | | 105/402 | 32 | |

III semestr

| Kod przedmiotu | Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Liczba punktów ECTS | Forma zaliczenia |
|----------------|---------------------------------------|-------------------|----------------|---------------------|------------------|
| TP/I/st/01 | Anatomia i kinezylogia | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo/E |
| TP/I/st/03 | Żywnienie i suplementacja | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/07 | Trening siły i mocy mięśniowej | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/10 | Nowoczesne formy aktywności fizycznej | wykłady/ćwiczenia | 30/60 | 5 | Zo/E |
| TP/I/st/16 | Język obcy | ćwiczenia | 30 | 2 | Zo |
| TP/I/st/17 | Umiejętności coachingowe | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 4 | Zo/E |
| TP/I/st/20 | Praktyki zawodowe | ćwiczenia | 192 | 8 | Zo |
| Łącznie | | | 120/402 | 30 | |

IV semestr

| Kod przedmiotu | Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Liczba punktów ECTS | Forma zaliczenia |
|----------------|-------------------------------------|-------------------|---------------|---------------------|------------------|
| TP/I/st/03 | Żywnienie i suplementacja | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo/E |
| TP/I/st/09 | Trening wytrzymałości | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/12 | Ćwiczenia prozdrowotne | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/14 | Ćwiczenia usprawniające | ćwiczenia | 30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/15 | Szkoła letnia/zimowa | ćwiczenia | 60 | 6 | Zo |
| TP/I/st/16 | Język obcy | ćwiczenia | 30 | 2 | Zo |
| TP/I/st/19 | Projekty | ćwiczenia | 30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/20 | Praktyki zawodowe | ćwiczenia | 192 | 8 | Zo |
| Łącznie | | | 75/432 | 33 | |

V semestr

| Kod przedmiotu | Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Liczba punktów ECTS | Forma zaliczenia |
|----------------|---------------------------------------|-------------------|----------------|---------------------|------------------|
| TP/I/st/04 | Elementy fizjoterapii w sporcie | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/08 | Trening szybkości | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 6 | Zo |
| TP/I/st/10 | Nowoczesne formy aktywności fizycznej | wykłady/ćwiczenia | 30/60 | 5 | Zo/E |
| TP/I/st/12 | Ćwiczenia prozdrowotne | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 3 | Zo/E |
| TP/I/st/13 | Aktywność fizyczna w każdym wieku | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/20 | Praktyki zawodowe | ćwiczenia | 192 | 8 | Zo |
| Łącznie | | | 105/372 | 29 | |

VI semestr

| Kod przedmiotu | Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Liczba punktów ECTS | Forma zaliczenia |
|----------------|-------------------------------------|-------------------|---------------|---------------------|------------------|
| TP/I/st/04 | Elementy fizjoterapii w sporcie | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 4 | Zo |
| TP/I/st/09 | Trening wytrzymałości | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/11 | Animacja czasu wolnego | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/13 | Aktywność fizyczna w każdym wieku | wykłady/ćwiczenia | 15/30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/14 | Ćwiczenia usprawniające | ćwiczenia | 30 | 3 | Zo |
| TP/I/st/18 | Biznes i marketing | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 8 | Zo |
| TP/I/st/20 | Praktyki zawodowe | ćwiczenia | 192 | 8 | Zo |
| Łącznie | | | 90/372 | 32 | |

I-VI semestr

| Kod przedmiotu | Nazwa modułu/przedmiotu | Forma zajęć | Liczba godzin | Liczba punktów ECTS | Forma zaliczenia |
|----------------|--|-------------|---------------|---------------------|------------------|
| TP/I/st/21 | Przedmioty ogólnouczelniane lub niezwiązane z kierunkiem studiów | ćwiczenia | 30 | 2 | zaliczenie |

Plan studiów obowiązuje od semestru I roku akademickiego 2022/2023.

Projekt planu studiów został uchwalony na posiedzeniu Rady Wydziału Wychowania Fizycznego i Zdrowia w dniu r.

.....
(podpis Dziekana)