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 stadiów:**  *(nazwa kierunku musi być adekwatna do zawartości programu studiów a zwłaszcza do zakładanych efektów uczenia się)* | **Trener Personalny** |
| **Poziom studiów:**  *(studia pierwszego, drugiego stopnia, jednolite studia magisterskie)*  **Poziom PRK:** | **Studia pierwszego stopnia**  **Poziom 6 Polskiej Ramy Kwalifikacji** |
| **Profil studiów:**  *(ogólnoakademicki, praktyczny)* | **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 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. |

*Tabela odniesień*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Opis kierunkowych efektów uczenia się i odniesienie ich do charakterystyk I i II stopnia oraz dyscypliny naukowej/dyscyplin naukowych** | | | |  |
| 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\*\*\* |
| **1.** | **2.** | **3.** | **4.** | **5.** |
| **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 (pojęcia, teorie, metody i koncepcje dotyczące treningu sportowego). | P6U\_W | P6S\_WG | Nauki o 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 wizerunku w społeczeństwie. | P6U\_W | P6S\_WG, P6S\_WK | Nauki o kulturze fizycznej |
| 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 sytuacja 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 powszechnym i wyczynowym. | P6U\_U | P6S\_UW, P6S\_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| K\_U09 | Prowadzi, sędziuje, uczestniczy w podejmowanych formach aktywności fizycznej, w tym uwzgledniających 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 przeciwstawnymi 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 nad ich niwelowaniem. | P6U\_U | P6S\_UK, P6S\_UU | Nauki o kulturze fizycznej |
| 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 | Dba 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. Dba 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  z którymi współpracuje. | P6U\_K | P6S\_KO,  P6S\_KR,  P6S\_UO | Nauki o kulturze fizycznej |
| 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** | **Charakterystyka I stopnia:**  w zaawansowanym stopniu – fakty, teorie, metody oraz złożone zależności między nimi;  różnorodne, złożone uwarunkowania prowadzonej działalności.  **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. | 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** | **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 | 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 fizycznej | **P6U\_U** | **P6S\_UW** | **Charakterystyka I stopnia:**  innowacyjnie wykonywać zadania oraz rozwiązywać złożone i nietypowe problemy w zmiennych i nie w pełni przewidywalnych warunkach;  samodzielnie planować własne uczenie się przez całe życie;  komunikować się z otoczeniem, uzasadniać swoje stanowisko.  **Charakterystyka II stopnia:**  wykorzystywać posiadaną wiedzę – formułować i rozwiązywać złożone i nietypowe problemy oraz wykonywać zadania w warunkach nie w pełni przewidywalnych przez:  − 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;  wykorzystywać posiadaną wiedzę – formułować i rozwiązywać problemy oraz wykonywać zadania typowe dla działalności zawodowej związanej z kierunkiem studiów – w przypadku studiów o profilu praktycznym | 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\_U21, K\_U22, K\_U23 |
| Nauki o kulturze fizycznej | **P6S\_UK** | **Charakterystyka II stopnia:**  komunikować się z otoczeniem z użyciem specjalistycznej terminologii;  brać udział w debacie – przedstawiać i oceniać różne opinie i stanowiska oraz dyskutować o nich;  posługiwać się językiem obcym na poziomie B2 Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia Językowego. | 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** | **Charakterystyka II stopnia:**  planować i organizować pracę indywidualną oraz w zespole;  współdziałać z innymi osobami w ramach prac zespołowych (także o charakterze interdyscyplinarnym). | 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** | **Charakterystyka II stopnia:**  samodzielnie planować i realizować własne uczenie się przez całe życie | K\_U16, K\_U18, K\_U19, K\_U21 |
| **KOMPETENCJE SPOŁECZNE: absolwent jest gotów do** | | | | |
| Nauki o kulturze fizycznej | **P6U\_K** | **P6S\_KK** | **Charakterystyka I stopnia:**  kultywowania i upowszechniania wzorów właściwego postępowania w środowisku pracy i poza nim;  samodzielnego podejmowania decyzji, krytycznej oceny działań własnych, działań zespołów, którymi kieruje, i organizacji, w których uczestniczy, przyjmowania odpowiedzialności za skutki tych działań.  **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 | K\_K01, K\_K03, K\_K05, K\_K07, K\_K11, K\_K12 |
| Nauki o kulturze fizycznej | **P6S\_KO** | **Charakterystyka II stopnia:**  wypełniania zobowiązań społecznych, współorganizowania działalności na rzecz środowiska społecznego;  inicjowania działań na rzecz interesu publicznego;  myślenia i działania w sposób przedsiębiorczy. | K\_W01  K\_K04, K\_K06, K\_K08, K\_K09, K\_K10, K\_K11, K\_K12 |
| Nauki o kulturze fizycznej | **P6S\_KR** | **Charakterystyka II stopnia:**  odpowiedzialnego pełnienia ról zawodowych, w tym:  − przestrzegania zasad etyki zawodowej i wymagania tego od innych,  − dbałości o dorobek i tradycje zawodu | K\_K02, K\_K03, K\_K05, K\_K06, K\_K07, K\_K08, K\_K09, K\_K10 |

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)* | 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. |
| **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 ogólnouczelnianych lub niezwiązanych z kierunkiem studiów) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Łączna liczba godzin dydaktycznych (zajęć):** | 2.880 godzin zajęć | |
| **Tytuł zawodowy uzyskiwany przez absolwenta:** | Licencjat | |
| **Specjalność:** | - | |
| **Ogólne cele kształcenia** *(typowe miejsce pracy – jeżeli można je wskazać)* **oraz możliwości zatrudnienia i kontynuacji kształcenia przez absolwentów kierunku:** | Cele kształcenia:   * 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.   Możliwość zatrudnienia i kontynuacji kształcenia przez absolwentów kierunku.  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. | |
| **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 – *„Nowoczesna uczelnia kształcąca wysoko kwalifikowanych pracowników na potrzeby sportu, turystyki i rekreacji oraz służby zdrowia i zarządzania tymi obszarami” oraz* celu operacyjny 1. *„Poszerzenie oferty dydaktycznej*”, 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.  1. Pracodawcy   * 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.   2. Studenci   * opinie studentów studiów kierunku wychowanie fizyczne i sport w Filii AWF w Białej Podlaskiej, * wyniki, wnioski przedstawione w pracach dyplomowych studentów kierunku wychowanie fizyczne.   3. Nauczyciele akademiccy   * 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 osiąganych przez studenta** |
| **Grupa zajęć**  **I**  **Moduł przyrodniczy** | Anatomia i kinezjologia | 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 | | - | |
| Żywienie 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; K\_K01, K\_K02, K\_K03, K\_K05, K\_K07, K\_K12; | | Zaliczenie na ocenę i egzamin |
| Trening ogólnorozwojowy | 3 | obowiązkowy | | - | |
| Trening siły i mocy mięśniowej | 8 | obowiązkowy | | - | |
| Trening szybkości | 6 | obowiązkowy | | - | |
| Trening wytrzymałości | 9 | obowiązkowy | | - | |
| **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, 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; | | Zaliczenie na ocenę i egzamin |
| Umiejętności coachingowe | 10 | obowiązkowy | | - | |
| Biznes i marketing | 8 | obowiązkowy | | - | |
| 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 ogólnouczelnianych** | Przedmiot ogólnouczelniany 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 udziału nauczycieli akademickich** | | **Liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje w ramach zajęć o charakterze praktycznym, w tym zajęć laboratoryjnych i projektowych** | | **Liczba punktów ECTS, którą student musi uzyskać w ramach zajęć związanych z prowadzoną w uczelni działalnością naukową w dyscyplinie [-ach], do której przyporządkowany jest kierunek studiów** | | **Liczba punktów ECTS, którą student musi uzyskać w ramach zajęć z dziedziny nauk humanistycznych lub społecznych** | |
| **Grupa zajęć**  **I**  **Moduł przyrodniczy** | Anatomia i kinezjologia | 7 | | - | | nie dotyczy | | - | |
| Fizjologia i biochemia wysiłku fizycznego | 5 | | - | | nie dotyczy | | - | |
| Żywienie 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 ogólnouczelnianych** | Przedmiot ogólnouczelniany 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 /dyscyplinach , do których przyporządkowany jest kierunek studiów** *(dla profilu ogólnoakademickiego)* | | Nie dotyczy | | | | | | | |
| **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 ogólnouczelnianych |
| 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 |  | **+** | **+** | **+** |  |  |

.

**P 1 a n studiów- kierunek Trener Personalny, studia pierwszego stopnia**

|  |  |
| --- | --- |
| **Jednostka prowadząca kierunek studiów:** | Wydział Wychowania Fizycznego i Zdrowia w Białej Podlaskiej |
| **Kierunek studiów:**  *(nazwa kierunku musi być adekwatna do zawartości programu studiów, a zwłaszcza do zakładanych efektów uczenia się)* | Trener Personalny |
| **Poziom studiów:**  *(studia pierwszego, drugiego stopnia, jednolite studia magisterskie)* | studia pierwszego stopnia |
| **Profil studiów:**  ***(****ogólnoakademicki, praktyczny)* | praktyczny |
| **Forma studiów:**  *(studia stacjonarne, studia niestacjonarna)* | 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 przed-miotu** | **Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu** | **Forma zajęć** | **Liczba godzin** | **Liczba punktów ECTS** | **Forma zaliczenia** |
| TP/I/st/01 | Anatomia i kinezjologia | 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 przed-miotu** | **Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu** | **Forma zajęć** | **Liczba godzin** | **Liczba punktów ECTS** | **Forma zaliczenia** |
| TP/I/st/01 | Anatomia i kinezjologia | 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 przed-miotu** | **Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu** | **Forma zajęć** | **Liczba godzin** | **Liczba punktów ECTS** | **Forma zaliczenia** |
| TP/I/st/01 | Anatomia i kinezjologia | wykłady/ćwiczenia | 30/30 | 4 | Zo/E |
| TP/I/st/03 | Żywienie 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 przed-miotu** | **Nazwa grupy przedmiotów /przedmiotu** | **Forma zajęć** | **Liczba godzin** | **Liczba punktów ECTS** | **Forma zaliczenia** |
| TP/I/st/03 | Żywienie 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 przed-miotu** | **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 przed-miotu** | **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 przed-miotu** | **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)*