**PLAN ZAJĘĆ– rok akad. 2024 / 2025 WYCHOWANIE FIZYCZNE I rok - sem. II** **TP** - tyg. parzyste, **TN** – tyg. nieparzyste

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK**  | **WTOREK**  | **ŚRODA**  | **CZWARTEK**  | **PIĄTEK**  |
| **M1** | **M2** | **M3** | **M1** | **M2** | **M3** | **M1** | **M2** | **M3** | **GR ĆW 1** | **GR ĆW 2** | **M1** | **M2** | **M3** |
| **7:15-8:00 ZP Pływanie i ratownictwo (15h**) mgr I. Świdzikowski Basen Delfinul. Piastowska 17 |  |  |  |  **10:15– 11:00 ZP** **Podstawy treningu posturalnego (15h)**mgr Artur BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 |  | **7:15-8:00 ZP****Pływanie i ratownictwo (15h**) mgr I. Świdzikowski Basen Delfinul. Piastowska 17 | **8:00-8:45 ZP****Pływanie i ratownictwo (15h**) mgr I. Świdzikowski Basen Delfinul. Piastowska 17 | **8:00-9:30 ĆW** **j. angielski (30h)**mgr Magdalena Kosiec s.117 Pentagon Malczewskiego 22 a |  | **9:45-11:15 W****Podstawy pedagogiki**dr M. Szostakowski (30W)s. 223 Pentagonul. Malczewskiego 22 |
| **11:45-13:15 TN W****Teoria wychowania fizycznego (15h)**dr hab. Adam Jurczak prof. UR s. 16 MHS ul. Chrobrego 27 |
| **11.00 – 12.30 ZP****Siatkówka-podstawy teorii i metodyki (30h)**mgr I. ŚwidzikowskiDHS ul. Chrobrego 29 |  |  | **11:00– 11:45 ZP** **Ćwiczenia aerobowe na siłowni (15h)**mgr Artur BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 |  | **09:00-10:30 ZP/****LA teoria i metodyka (15h)**mgr A. BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **10:30-12:00 ZP/****LA teoria i metodyka (15h)**mgr A. BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **10:00 - 11.30 ZP M1****Podstawy treningu funkcjonalnego (30h)**dr A. Błasiński Hala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **09:30-11:00 ĆW****j. angielski (30h)**mgr Magdalena Kosiecs. 117 Pentagon Malczewskiego 22a  | **13:15-14:45 TN/ĆW.****Teoria wychowania fizycznego (15h)**dr hab. Adam Jurczak prof. UR s. 16 MHS ul. Chrobrego 27 | **14:45-16:15 TN/ĆW.****Teoria wychowania fizycznego (15h)**dr hab. Adam Jurczak prof. UR s. 16 MHS ul. Chrobrego 27 |
|  |  | **12.30 – 14.00 ZP****Siatkówka-podstawy teorii i metodyki (30h)**mgr I. ŚwidzikowskiDHS ul. Chrobrego 29 | **11.45– 12:30 ZP** **Podstawy treningu posturalnego (15h)**mgr Artur BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **12:15-13:45 ĆW** **Pedagogika (30h)****mgr Piotr Nogaj** s.405Olimp ul. Malczewskiego 22a | **12:00-13:30 ZP/****LA teoria i metodyka (15h)**mgr A. BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **11:00-12:30 ZP****Koszykówka -podstawy teorii i metodyki (30h)**dr S. Nowak s. DHS ul. Chrobrego 29 c | **12:30-14:00 ZP****Koszykówka -podstawy teorii i metodyki (30h)**dr S. Nowak s. DHS ul. Chrobrego 29 c |  | **11:15– 12.45 ZP M2****Podstawy treningu funkcjonalnego (30h)**dr R. Makuch Hala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **12:45 - 14.15 ZP M3****Podstawy treningu funkcjonalnego (30h)**dr R. Makuch Hala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **16:15-17:45 W****Fizjologia człowieka (30h)**  dr J. Gąsiors. 16 MHS ul. Chrobrego 27 |
|  | **14.00 – 15.30 ZP****Siatkówka-podstawy teorii i metodyki (30h)**mgr I. ŚwidzikowskiDHS ul. Chrobrego 29 |  | **13:45-15:15 ĆW****Pedagogika (30h**)mgr Piotr Nogajs.405Olimp ul. Malczewskiego 22a |  | **14:00-15:30 ZP****Koszykówka -podstawy teorii i metodyki (30h)**dr S. Nowak s. DHS ul. Chrobrego 29 c |  |  | **13:30-14:15 ĆW** **Anatomia (15h)**dr M. GawinekSala. 16 MHS Chrobrego 27 | **14:30-15:15 ĆW** **Anatomia (15h)**dr M. Gawineksala. 16 MHS Chrobrego 27 | **17:45-19:15 ĆW TP****Fizjologia człowieka (15h)**dr J. Gąsiors. 16 MHS ul. Chrobrego 27 | **17:45-19:15 ĆW TN****Fizjologia człowieka (15h)**dr J. Gąsiors. 16 MHS ul. Chrobrego 27 |
|  |  |  |  |  | **16:15-18:00-W** **Prawno-ekonomiczne podstawy przedsiębiorczości (30h)**dr E. Ferensztajn-Galardoss.301 ul. Malczewskiego 20 a  |  |  |  |  |

 Legenda: ZP – zajęcia praktyczne, ZW – zajęcia warsztatowe, W – wykład, ĆW – ćwiczenia, DHS – ul. Chrobrego 29c, MHS – ul. Chrobrego 27, „OLIMP” ul. Malczewskiego

20a, „PENTAGON” ul. Malczewskiego 22, Basen Delfin ul. Piastowska 17, Hala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9, TN – tydzień nieparzysty, TP- tydzień parzysty

**PLAN ZAJĘĆ– rok akad. 2024 / 2025 WYCHOWANIE FIZYCZNE II rok - sem. IV TP - tyg. parzyste, TN – tyg. Nieparzyste**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK**  | **WTOREK**  | **ŚRODA**  | **CZWARTEK**  | **PIĄTEK**  |
| **M1** | **M1** | **M1** | **M1** | **M1** |
| **8:00-8:45 ZP****Pływanie i ratownictwo (15h**) mgr I. Świdzikowski Basen Delfinul. Piastowska 17 | **09:30-11.00 W** (15 h) do 23 kwietnia**Antropomotoryka**dr Stanisław Nowak s. 16 MHSul. Chrobrego 27 | **09.30-11.00 ZP**(15 **h) od 23 kwietnia** **Antropomotoryka**dr Stanisław Nowak s. 11 MHSul. Chrobrego 27 | Praktyki | Praktyki | **08:15–09:45 W TN****Metodyka wychowania fizycznego (15h)** dr hab. Adam Jurczak prof. URsala 16 MHS Chrobrego 27 |
| **9:15–10:45 ZP/TN** **LA teoria i metodyka(15h)**mgr A. BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **9:15–10:45 W/TP** **Podstawy periodyzacji i planowania w treningu sportowym (15h**)mgr A. Błasińskisala 16 MHS Chrobrego 27 | **11:30- 13:00 ĆW** **Język angielski (30 h**) mgr M. Piatkowska S. 243 WEiF Chrobrego 31  | **09:45–11:15 ZP TN** **Metodyka wychowania fizycznego (15h)** dr hab. Adam Jurczak prof. URsala 16 MHS Chrobrego 27 |
| **10:45–12:15 ZP/****Podstawy przygotowania motorycznego w sporcie (30 h**)mgr A. BłasińskiHala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9 | **13:15-14:45 ZP****Gimnastyka (30h)**mgr M. Sulima MHS. s 11 |  |
| **13:30-15:00 ZP (15h) TN****Pierwsza pomoc przedmedyczna** dr Dorota Trybusińska s 141WNMiNoZ ul. Chrobrego 29  |  |  |
|  | **14.45-17.45 ZP (30 h) TN**7 spotkań po 4h, a 8 ostatnie 2hInstruktor piłki nożnejdr R. Makuch MHS s. 16 ul. Chrobrego 27Centrum Sportowo-Szkoleniowe Radomiak ul. Folwarczna 109 |  |

 Legenda: ZP – zajęcia praktyczne, ZW – zajęcia warsztatowe, W – wykład, ĆW – ćwiczenia, DHS – ul. Chrobrego 29c, MHS – ul. Chrobrego 27, „OLIMP” ul. Malczewskiego 20a, „PENTAGON” ul. Malczewskiego 22, Basen Delfin ul. Piastowska 17, Hala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9

# PLAN ZAJĘĆ– rok akad. 2024 / 2025 WYCHOWANIE FIZYCZNE III rok - sem. VI TP - tyg. parzyste, TN – tyg. nieparzyste

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PONIEDZIAŁEK**  | **WTOREK**  | **ŚRODA**  | **CZWARTEK**  | **PIĄTEK**  |
| **M1** | **M2** | **M1** | **M2** | **M1** | **M2** | **M1** | **M2** | **M1** | **M2** |
|  | **08:30 – 09:15 S (15h)****Seminarium dyplomowe** dr Stanisław Nowak.s. 16 MHSul. Chrobrego 27 | **08:15 – 09:45 S/TN** **Seminarium dyplomowe (15h)**dr hab. Adam Jurczak prof. URs. 16 MHSul. Chrobrego 27 |  | **08:00–11:00 ZP/TN** **(30h)****Metodyka wychowania fizycznego** dr hab. Adam Jurczak prof. URsala 16 MHS Chrobrego 27 | Praktyki |
|  |  | **09:45–12:45 ZP/TN** **Metodyka treningu zdrowotnego (30h)** dr hab. Adam Jurczak prof. URsala 16 MHS Chrobrego 27 | **11:15–14:15 ZP/TN****Metodyka wychowania fizycznego (30h)** dr hab. Adam Jurczak prof. URsala 16 MHS Chrobrego 27 |  |
|  | **11.00 – 12.30 ZP**  **Instruktor piłka siatkowa (30h)** mgr I. Świdzikowski DHS ul. Chrobrego 29 |  |  |
| **14:45-16.15 ZP** **Kontrola procesu treningowego (30h**)dr R. MakuchDHS/Hala LA - MOSIR Miejsce zajęć ustali prowadzący wg harmonogramu  |  |  |  |
| **16.30 – 18.45 ZP****Organizacja imprez** **sportowo-rekreacyjnych (15h)** dr R. MakuchDHS /MHS. s.16/Plener27II,10III,24III, 7IV,28IVMiejsce zajęć ustali prowadzący wg harmonogramu | **16.30 – 18.45 ZP****Organizacja imprez** **sportowo-rekreacyjnych (15h)** dr R. MakuchDHS /MHS. s.16/Plener3III, 17III,31III,14IV, 5VMiejsce zajęć ustali prowadzący wg harmonogramu | **14.45-17.45 ZP (30 h) TP****7 spotkań po 4h, a 8 ostatnie 2h****Instruktor piłki nożnej**dr R. Makuch MHS s. 16 ul. Chrobrego 27Centrum Sportowo-Szkoleniowe Radomiak ul. Folwarczna 109 |  |  |
|  |  |  |  |

 Legenda: ZP – zajęcia praktyczne, ZW – zajęcia warsztatowe, W – wykład, ĆW – ćwiczenia, DHS – ul. Chrobrego 29c, MHS – ul. Chrobrego 27, „OLIMP” ul. Malczewskiego 20a, „PENTAGON” ul. Malczewskiego 22, Basen Delfin ul. Piastowska 17, Hala LA - MOSIR ul. Narutowicza 9