



# 2 WF I stopnia

# Rozkład zajęć w semestrze LETNIM/2025-2026

Aktualizacja: **04.03.2026**  
Opiekun roku: mgr Jerzy Kulasa

Dzień	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK												
Godzina																	
7:00 - 8:30			Podstawy żywienia i suplementacji, wyg. 1-3* (wykład wspólny dla modułów I5 oraz F) dr A. Rzeszutko-Beltowska Cicha Aula														
8:45 - 10:15	TIPP - IS FIT (w) wyg. 1-5 dr J. Górnika - Wład Cicha s. 109	MGK (wykł.) wyg. 4-4 dr G. Szulca (cw.) wyg. 7-11 dr A. Szybiński Cicha s. 107	godz. 9.15-10.45 TIPDS - IS P1 (cw) dr B. Czarnota Pływaliśno KOSIR	PZIS - IS LA (cw) wyg. 1-5 dr A. Rzeszutko-Beltowska Cicha s. 106	godz. 8.15-9.45 RITZM gr A, wyg. 1/3 gr B, wyg. 2/4 dr B. Wójcik-Sikara Kasp. sala gim.	godz. 8.30-10.00 Pedagogika (warszt.) gr E dr I. Paszdan - Ślż Kasp. s. 107	Język angielski gr 2 mgr B. Rychlik UCLA s. 80	SEMINARIUM DYPLOMOWE prof. dr hab. P. Król - Cicha s. 34, dr B. Działek - UCLA s. 29, dr K. Marks - Żelw. 105, dr J. Lenik - Żelw. s. 113, dr A. Rzeszutko - Beltowska - Cicha s. 08, dr P. Matłosz - Żelw. 113 dr M. Przydział - UCLA s. 21, dr P. Świder - DS. Filon	Metodyka wychowania fizycznego (zajęcia hospitacyjne w szkole) godz. 9.00 - 12.00 dr K. Warchał SP 23 ul. Pełczara 3	Praktyka wychowawczo-wdrożeniowa wyg. 1-7 Szczegółowy harmonogram i podział praktyk ustali prowadzący							
10:30 - 12:00	PZIS - IS FIT (cw) wyg. 1-5 dr A. Rzeszutko-Beltowska Cicha s. 106	PZIS - IS PN (cw) wyg. 6-10 dr A. Rzeszutko-Beltowska Cicha s. 106	TIPDS - IS PN (w) wyg. 1-5 dr hab. prof. UR Z. Barabasz D12 - s. 105	DWPC (wykł.) wyg. 4-4 (cw.) wyg. 7-11 dr G. Szulca Cicha s. 107	Samoobrona (cw) wyg. 1-8 prof. dr hab. W. J. Cyprian UCLA	TIPDS - IS LA (cw) wyg. 1-10 wyg. 13-15 M. Kowal UCLA	Antropomorfologia gr 1, wyg. 1/3 gr 2, wyg. 2/4 dr J. Lenik Cicha s. 106	PD gr 2, wyg. 1/3 gr 3, wyg. 2/4 dr R. Wiśn. Cicha Aula	TWF (cw) gr 1, wyg. 4-15 dr W. Bajorek Cicha s. 108	Język angielski gr 3 mgr B. Rychlik UCLA s. 80	ACzW gr 2, wyg. 1/3 gr 3, wyg. 2/4 dr K. Stąpary Żelw. Hala sportowa	TWF (cw) gr 3, wyg. 4-15 dr W. Bajorek Cicha s. 108	KOSZ z met. gr 1, wyg. 1-10 dr J. Lenik Żelw. Hala sportowa	godz. 9.00 - 12.00 dr P. Ostrowski SP 31 ul. Pałuckiego 11 Szczegółowy harmonogram zajęć oraz podział na grupy ustali prowadzący zajęcia			
12:15 - 13:45	TIPP - IS FIT (cw) dr J. Górnika - Wład Cicha s. 111	godz. 12.30-14.00 TIPDS - IS PN (cw) mgr W. Pałko Żelw. Hala sport/ ZALISE (stadion)	PZPDZ (cw.) wyg. 4-10 dr R. Górnica Cicha s. 106	godz. 12.30-14.00 TIPDS - IS PE (w) wyg. 1-5 dr B. Czarnota D12 - s. 105	godz. 12.15-13.45 PZIS - IS P2 (cw) wyg. 11-15 dr A. Rzeszutko-Beltowska Cicha s. 106	TIPDS - IS LA (w) wyg. 1-10 M. Kowal UCLA s. 29	TIPDS - IS LA (cw) wyg. 9-10 M. Kowal UCLA	Antropomorfologia gr 3, wyg. 1/3 gr 1, wyg. 2/4 dr J. Lenik Cicha s. 106	PD gr 1, wyg. 1/3 gr 3, wyg. 2/4 dr R. Wiśn. Cicha Aula	TWF (cw) gr 2, wyg. 4-15 dr W. Bajorek Cicha s. 108	Język angielski gr 4 mgr B. Rychlik UCLA s. 80	ACzW gr 1, wyg. 1/3 gr 3, wyg. 2/4 dr K. Stąpary Żel. Hala sportowa	TWF (cw) gr 2, wyg. 4-15 dr W. Bajorek Cicha s. 108	KOSZ z met. gr 2, wyg. 1-10 dr J. Lenik Żelw. Hala sportowa	Pedagogika (warszt.) gr D dr I. Paszdan-Ślż Kasp. s. 107	Język angielski gr 1 mgr B. Rychlik UCLA s. 80	godz. 12.30-14.00 RITZM gr E, wyg. 1/3 gr F, wyg. 2/4 dr B. Wójcik-Sikara Kasp. sala gim
14:00 - 15:30	godz. 14.15-15.45 PS z met. gr 4, wyg. 1-10 dr J. Plech Żelw. Hala sportowa	godz. 14.15-15.45 DSFDIM gr 1, wyg. 11-15 dr G. Bobula Żelw. Hala sportowa	Strzelectwo praktyczno - obronne 15 h cw/dr R. Bajt Temin i miejsce realizacji zajęć zgodnie podany przez koordynatora modułu	Obóz wędrowny survivalowy 20 h cw/dr R. Bajt Temin i miejsce realizacji zajęć zgodnie podany przez koordynatora modułu	Antropomorfologia (wykład) wyg. 3 - 10 dr J. Lenik Cicha Aula	Teoria wychowania fizycznego (wykład) wyg. 11-15 dr K. Warchał Cicha Aula	DSFDIM gr 3, wyg. 11-15 dr G. Bobula Żelw. Hala sportowa	Pedagogika (warszt.) gr B dr hab. prof. UR J. Zieliński Cicha s. 108	Pedagogika (warszt.) gr C dr I. Paszdan-Ślż Żelw. 113	Pedagogika (warszt.) gr F dr I. Paszdan-Ślż Kasp. s. 107	godz. 14.00-19.30 Przedmiot ogólnouczelniany (wykład on-line)	RITZM gr C, wyg. 1/3 gr D, wyg. 2/4 dr B. Wójcik-Sikara Kasp. sala gim					
15:45 - 17:15	PS z met. gr 1, wyg. 1 dr J. Plech Żelw. Hala sportowa	DSFDIM gr 4, wyg. 11-15 dr G. Bobula Żelw. Hala sportowa	KOSZ z met. gr 3, wyg. 1-10 dr P. Lenik Żelw. Hala sportowa		Podstawy dydaktyki (wykład) wyg. 8 - 15 dr K. Warchał Cicha Aula		DSFDIM gr 2, wyg. 11-15 dr G. Bobula Żelw. Hala sportowa	Pedagogika (warszt.) gr A dr hab. prof. UR J. Zieliński Cicha s. 108									
17:30 - 19:00	PS z met. gr 3, wyg. 1-10 dr J. Plech Żelw. Hala sportowa		KOSZ z met. gr 4, wyg. 1-10 dr P. Lenik Żelw. Hala sportowa				PS z met. gr 2, wyg. 1-10 dr G. Bobula Żelw. Hala sportowa	PS z met. gr 1, wyg. 2-10 dr J. Plech Żelw. Hala sportowa (prezentacja na stronie prowadzącego)									
19:15 - 20:45																	

PZIS\* - wykład realizowany wspólnie dla modułów instruktora sportu (PN, LA, PL) oraz instruktora FITNESS

**PRZEDMIOTY:**

- LA z met. - Lekkoatletyka z metodyką
- RITZM - Rytmika i taniec z metodyką
- KOSZ z met. - Koszykówka z metodyką
- PS z met. - Piłka siatkowa z metodyką
- PD - Podstawy dydaktyki
- DWPC - Diagnostyka wad postawy ciała
- TIPP - Teoria i praktyka fitness
- MGK - Metodyka gimnastyki korekcyjnej
- PZPDZ - Podstawy zdrowia psychospołecznego dzieci
- GIZWGR - Gry i zabawy w gimnastyce korekcyjnej
- PZIS - Podstawy żywienia i suplementacji
- TIPDS - Teoria i praktyka dyscypliny sportowej
- ACzW - Animacja czasu wolnego
- TWF - Teoria wychowania fizycznego

- Kolor ŻÓŁTY zajęcia dla modułu **Instruktor gimnastyki korekcyjnej**
- Kolor POMARAŃCZOWY zajęcia dla modułu **Instruktor sportu - lekkoatletyka**
- Kolor KHAKI zajęcia dla modułu **Instruktor wychowania fizycznego - w sl. mundurowych**
- Kolor NIEBIESKI zajęcia dla modułu **Instruktor sportu - pływania**
- Kolor RÓŻOWY zajęcia dla modułu **Instruktor fitness**
- Kolor ZIELONY zajęcia dla modułu **Instruktor sportu - piłka nożna**

**MIJESCA ZAJĘĆ:**

- Cicha - budynek E4, Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Cicha 2A
- UCLA - budynek A6, Uniwersyteckiego Centrum Lekkoatletyczne, ul. Cicha 2B
- Kasp. - budynek B2, Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Kasprzowicza 1
- Żelw. - budynek D12, Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej, ul. Żelwerowicza (hala sportowa)
- DS. FILON - budynek E2, sala konferencyjna, Dom Studencki "Filon", ul. Cicha 4
- D9 - budynek D9, ul. Żelwerowicza 4 (Zaliska)

- 1/3, 2/4 - zajęcia naprzemiennie w tygodniach nieparzystych lub parzystych
- wyg. 1-8 - zajęcia realizowane są od 1 do 8 tygodnia semestru / w 8 tygodnia trwają 45 min. i kończą się wcześniej/
- wyg. 8-15 - zajęcia realizowane są od 8 do 15 tygodnia semestru / w 8 tygodnia trwają 45 min. później i trwają 45
- wyg. 1-10 - zajęcia realizowane są od 1 do 10 tygodnia semestru
- wyg. 11-15 - zajęcia realizowane są od 11 do 15 tygodnia semestru