

**Ramowy program
Studiów Podyplomowych**

w Zakresie Medycznego Trenera Personalnego

NAZWA MODUŁU	Punkty ECTS	Ogółem godzin	SEMESTR 1			SEMESTR 2		
			Forma zajęć			Forma zajęć		
			wykłady	seminaria	ćwiczenia	wykłady	seminaria	ćwiczenia
BUDOWA I FIZJOLOGIA CZŁOWIEKA								
Anatomia topograficzna	1	12	10		2			
Anatomia radiologiczna narządu ruchu	0,5	5	5					
Anatomia palpacyjna	0,5	6			6			
Fizjologia wysiłku	2	10	10					
Podstawy przemian metabolicznych w organizmie	3	20	20					
PIERWSZA POMOC								
Pierwsza pomoc przedmedyczna	0,5	5	2		3			
DIAGNOSTYKA								
Diagnoza stanu zdrowia	1,5	10	8		2			
Diagnostyka narządu ruchu	2	16	14		2			
Testy sprawności fizycznej dla różnych grup wiekowych	1	9						9
PODSTAWY TRENINGU								
Podstawy programowania aktywności fizycznej	2	12	12					
Trening motoryczności człowieka	2	30						30
Trening relaksacyjny	1	15						15
MEDYCZNY TRENING TERAPEUTYCZNY								
Trening medyczny	4	52				26		26

ŻYWIENIE, WSPOMOGANIE I REGENERACJA								
Żywienie osób zdrowych, aktywnych fizycznie	0,5	3				3		
<i>Żywienie w różnych jednostkach chorobowych z uwzględnieniem aktywności fizycznej</i>	1	9	9					
Sposoby i metodyka układania diety dla klienta w ujęciu praktycznym	0,5	3			3			
Żywienie w treningu siłowym i wytrzymałościowym	0,5	3	3					
Suplementacja diety.	0,5	3	3					
Farmakologia. Szkodliwe formy wspomaganie wysiłku.	1	8	3	5				
Kinesiotaping - zastosowanie w sporcie	0,5	5	2		3			
Odnowa biologiczna i fizykoterapia w kontuzjach narządu ruchu	0,5	2				2		
Podstawy wybranych technik masażu	0,5	5				2		3
Sprzęt i ubiór sportowy	0,5	2	2					
PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ I MARKETING								
Zasady prowadzenia działalności gospodarczej	0,5	4				4		
Marketing usług	0,5	6					3	3
PROMOCJA ZDROWIA								
Choroby o znaczeniu społecznym	1	3	3					
Rola trenera personalnego w promocji zdrowia i profilaktyce chorób	1	9				3		6
SUMA GODZIN	30	267	106	5	21	40	3	92
			132			135		