

AKTUALIZACJA SPISU LITERATURY na dzień 1 października 2025r.

WYDZIAŁ Nauk o Zdrowiu i Kulturze Fizycznej, PANS w Nysie

KIERUNEK *psychofizyczne kształtowanie człowieka*
SPECJALNOŚĆ trener osobisty

SEMESTR I

Nazwa przedmiotu: Etykieta w życiu publicznym
Literatura obowiązkowa:
1. Wocław W.: , Etykieta w biznesie, czyli jak ułatwić sobie życie w pracy. Bosz, Lesko 2022. 2. Kamińska-Radomska I.: Kultura biznesu. Normy i formy, PWN, Warszawa 2020. 3. Kamińska-Radomska I.: Etykieta biznesu, czyli międzynarodowy język kurtuazji, Studio EMKA, Warszawa 2020. 4. Bonneau E.: Wielka księga dobrych manier. RM, Warszawa 2010.
Literatura uzupełniająca:
1. Kuziak M.: Jak mówić, rozmawiać, przemawiać?. Park, Bielsko-Biała 2006. 2. Jabłonowska L., Myśliwiec G.: Współczesna etykieta pracy. Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2006. 3. Hanisch H.: Savoir-vivre przy stole, Twój Styl, Warszawa 1999. 4. Brzozowski M.: Sztuka bycia i obycia, Muza, Warszawa 2006.
Nazwa przedmiotu: Etyka
Literatura obowiązkowa:
1. Goldberg L.: , Rewolucja sztucznej inteligencji w medycynie. Jak GPT-4 może zmienić przyszłość. Helion, Gliwice 2024. 2. Chojnowski M.: Etyka sztucznej inteligencji. Wprowadzenie. Centrum Etyki Technologii Instytutu Humanites, Warszawa 2022. 3. Dunn M., Hope T.: Etyka medyczna. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2020. 4. Mepham B.: Bioetyka: wprowadzenie dla studentów nauk biologicznych. PWN, Warszawa 2008. 5. Singer P.: Przewodnik po etyce. Książka i Wiedza, Warszawa 2002.
Literatura uzupełniająca:
1. Biesaga T.: Elementy etyki lekarskiej Medycyna Praktyczna, Kraków 2006. 2. Teichman J.: Etyka społeczna : podręcznik dla studentów Oficyna Naukowa, Warszawa 2002. 3. Porębski C.: Czy etyka się opłaca? Zagadnienia etyki biznesu. PWN, Warszawa 2000.
Nazwa przedmiotu: Język obcy (angielski)
Literatura obowiązkowa:
1. Evans V., Dooley J., Donsa J.: Fitness Training. Express Publishing, 2018. 2. Evans V., Dooley J., Graham A.: Sports. Express Publishing, 2018.
Literatura uzupełniająca:
1. Oxenden C., Latham-Koenig Ch.: English File. Fourth edition. Intermediate, Oxford University Press, Oxford 2020. 2. Sproule J.: Sports, Exercise and Health Science. Oxford University Press, Oxford 2012. 3. Crane J., Hannibal J.: Psychology. Oxford University Press, Oxford 2012. 4. Grice T.: Nursing 1. Oxford University Press, Oxford 2007 5. Grice T., Greenan J.: Nursing 2. Oxford University Press, Oxford 2008 6. Ciecierska J., Jenie B., Pudrj K.: English in Medicine. PZWL, Warszawa 2001.

7. Glendinning Eric H., Holmstrom Beverly A.S.: English in Medicine. Cambridge University Press, Cambridge 1998. 8. Grice T.: Nursing. Oxford University Press, Oxford 2007. 9. Christaki A., Dooley J.: Nutrition & Dietetics. Express Publishing, 2019. 10. Gilliland T., Dooley J.: Psychology. Express Publishing, 2019. 11. Evans V., Dooley J., Hayley R.: Cooking. Express Publishing, 2019.
Nazwa przedmiotu:
Technologia informacyjna
Literatura obowiązkowa:
1. Wróblewski P.: ABC komputera. Wydanie XII, Helion, Gliwice 2021. 2. Microsoft, opracowanie zbiorowe: Office 2021 i Microsoft 365. Krok po kroku, Promise, Warszawa 2024. 3. Lowe D.: Sieci komputerowe dla bystrzaków. Wydanie XI, Helion, Gliwice 2019.
Literatura uzupełniająca:
1. Mitnick K.: Sztuka podstępu. Łamałem ludzi, nie hasła. Wydanie II, Helion, Gliwice 2010.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia ogólna
Literatura obowiązkowa:
2. Mietzel G.: Wprowadzenie do psychologii. GWP, Gdańsk 2013. 3. Streau J.: Psychologia podręcznik akademicki, tom 2. Psychologia ogólna. GWP, Gdańsk 2023. 4. Zimbardo Ph., Gerrig R. J.: Psychologia i życie. Wydawnictwo Naukowe PWN. Warszawa 2022.
Literatura uzupełniająca:
1. Łukaszewski W.: Wielkie i te nieco mniejsze pytania psychologii. Smak Słowa. Gdańsk 2023.
Nazwa przedmiotu:
Anatomia
Literatura obowiązkowa:
1. Ignasiak Z., Janusz A., Jarońska A.: Anatomia człowieka cz. 1-2. AWF Wrocław, Wrocław 2002 2. Ignasiak Z.: Anatomia układu ruchu. Urban & Partner, Wrocław 2013
Literatura uzupełniająca:
1. Sokołowska-Pituchowa J.: Anatomia człowieka. Podręcznik dla studentów medycyny. PZWL, Warszawa 2006 2. J. Sobotta: Atlas anatomii człowieka. Wyd. Polskie: Woźniak W, Jędrzejewski K.S. (red.). Urban and Partner, Wrocław 2024
Nazwa przedmiotu:
Antropomotoryka
Literatura obowiązkowa:
1. Fugiel J., Czajka K., Połuszyński P., Sławińska T.: Motoryczność człowieka. Podstawowe zagadnienia z antropomotoryki. MedPharm, 2017. 2. Raczek J.: Antropomotoryka. Teoria motoryczności człowieka w zarysie. PZWL, 2010. 3. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. PZWL, Warszawa 2019.
Literatura uzupełniająca:
1. Osiński W.: Motoryczność człowieka – jej struktura, zmienność i uwarunkowania. Monografia. Nr 310, AWF Poznań 1993.
Nazwa przedmiotu:
Żywnienie człowieka
Literatura obowiązkowa:
1. Gawęcki J.: Żywnienie człowieka Tom 1. Podstawy nauki o żywieniu. PZWL, 2022 2. Rychlik E., Stoś K., Woźniak A., Mojska H.: Normy żywienia dla populacji Polski. NIZP-PZH, 2024. 3. Grzymisławski M. Dietetyka kliniczna. PZWL, 2025.
Literatura uzupełniająca:
1. Normy żywienia dla żołnierzy sił zbrojnych RP oraz funkcjonariuszy służb mundurowych. WIHiE, 2020.
Nazwa przedmiotu:
Teoria i metodyka aktywności fizycznej

Literatura obowiązkowa:
1. Osiński W.: Teoria wychowania fizycznego. AWF Poznań, Poznań 2011. 2. Kowalski M., Gawel A.: Zdrowie – wartość – edukacja. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007. 3. Kuński H.: Trening zdrowotny ludzi dorosłych. MedSport, Warszawa 2003.
Literatura uzupełniająca:
1. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour 2020, https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128 2. Grabowski H.: Teoria fizycznej edukacji. WSiP, Warszawa 1999. 3. Denek K.: Edukacja pozalekcyjna i pozaszkolna. WSPiA, Poznań 2009.
Nazwa przedmiotu:
Fitness
Literatura obowiązkowa:
1. Grodzka-Kubiak E.: Aerobik czy fitness. DDK Edition, Poznań 2002 2. Clemenceau J., Delavier F.: Stretching, Ilustrowany przewodnik. PZWL, Warszawa 2012 3. Olex-Zarychta D.: Fitness – teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. AWF Katowice, Katowice 2009
Literatura uzupełniająca:
1. Materiały udostępniane przez prowadzącego, w tym czasopisma branżowe
Nazwa przedmiotu:
Trening wytrzymałościowy i siłowy
Literatura obowiązkowa:
2. Boyl M.: Advanced functional training: training technique for coaches, personal trainers and athletes. Human Kinetics, Illinois 2024. 3. Cook G., Burton L., Kiesel K. i in.: Movement. Functional movement system. Screening, Assessment, Corrective Strategies. On target Publications, 2020. 4. Starrett K., Cordoza G.: Become a souple leopard. Victory Belt Publishing Inc, 2013. 5. Bompa T.: Periodysation training for sports. Human Kinetics, Illinois 1999.
Literatura uzupełniająca:
1. Carthright L.: Fundamentals of athletic training. Human Kinetics, Illinois 2018. 2. Bompa T., Zając A. Waśkiewicz Z.: Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych. AWF, Katowice 2018. 3. Cook G.: Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies Human Kinetics, Illinois 2018. 4. Price J.: The biomechanics method for corrective exercise. Human Kinetics, Illinois 2018.

SEMESTR II

Nazwa przedmiotu:
Język obcy (angielski)
Literatura obowiązkowa:
1. Evans V., Dooley J., Donsa J.: Fitness Training. Express Publishing, 2018 2. Evans V., Dooley J., Graham A.: Sports. Express Publishing, 2018
Literatura uzupełniająca:
1. Oxenden C., Latham-Koenig Ch.: English File. Fourth edition. Intermediate, Oxford University Press, Oxford 2020 2. Sproule J.: Sports, Exercise and Health Science. Oxford University Press, Oxford 2012 3. Crane J., Hannibal J.: Psychology. Oxford University Press, Oxford 2012 4. Grice T.: Nursing 1. Oxford University Press, Oxford 2007 5. Grice T., Greenan J.: Nursing 2. Oxford University Press, Oxford 2008 6. Ciecierska J., Jenie B., Pudrj K.: English in Medicine. PZWL, Warszawa 2001 7. Glendinning Eric H., Holmstrom Beverly A.S.: English in Medicine. Cambridge University Press, Cambridge 1998 8. Grice T.: Nursing. Oxford University Press, Oxford 2007 9. Christaki A., Dooley J.: Nutrition & Dietetics. Express Publishing, 2019 10. Gilliland T., Dooley J.: Psychology. Express Publishing, 2019

11. Evans V., Dooley J., Hayley R.: Cooking. Express Publishing, 2019
Nazwa przedmiotu: Ochrona własności intelektualnej
Literatura obowiązkowa:
1. Kowalski J., Smith J., McCartney S. i in.: PKC w pigułce. PWN, Warszawa 2022. 2. Golat R.: Prawo autorskie i prawa pokrewne. Podręcznik. C.H. Beck, Warszawa 2006 3. Szewc A., Jyż G.: Prawo własności przemysłowej. C.H. Beck, Warszawa 2003. 4. Barta J.: System prawa prywatnego. Tom XIII. Prawo autorskie. Podręcznik, C.H. Beck, Warszawa 2002
Literatura uzupełniająca:
1. Karpowicz A.: Poradnik prawa autorskiego. Poradnik, ABC, Warszawa 2005 2. Fijałkowski T.: Prawo własności przemysłowej. Prawa autorskie i prawa pokrewne. Poradnik, Hanka, Warszawa 2001
Nazwa przedmiotu: Psychologia ogólna
Literatura obowiązkowa:
1. Mietzel G.: Wprowadzenie do psychologii. GWP, Gdańsk 2013. 2. Streau J.: Psychologia podręcznik akademicki, tom 2. Psychologia ogólna. GWP, Gdańsk 2023 3. Zimbardo Ph., Gerrig R. J.: Psychologia i życie. Wydawnictwo Naukowe PWN. Warszawa 2022.
Literatura uzupełniająca:
1. Łukaszewski W.: Wielkie i te nieco mniejsze pytania psychologii. Smak Słowa. Gdańsk 2023
Nazwa przedmiotu: Anatomia
Literatura obowiązkowa:
2. Ignasiak Z., Janusz A., Jarońska A.: Anatomia człowieka cz. 1-2. AWF Wrocław, Wrocław 2002 3. Ignasiak Z.: Anatomia układu ruchu. Urban & Partner, Wrocław 2013
Literatura uzupełniająca:
1. Sokołowska-Pituchowa J.: Anatomia człowieka. Podręcznik dla studentów medycyny. PZWL, Warszawa 2006 2. J. Sobotta: Atlas anatomii człowieka. Wyd. Polskie: Woźniak W, Jędrzejewski K.S. (red.). Urban and Partner, Wrocław 2024
Nazwa przedmiotu: Fizjologia
Literatura obowiązkowa:
1. Konturek S.: Fizjologia człowieka. Urban & Partner, Wrocław 2007. 2. Nazar K., Kozłowski S.: Wprowadzenie do fizjologii klinicznej. PZWL, Warszawa 1995. 3. Mc Laughlin D., Stamford J., White D.: Fizjologia człowieka – krótkie wykłady. PWN , Warszawa 2008. 4. Górski J.: Fizjologiczne podstawy wysiłku fizycznego. PZWL, Warszawa 2015.
Literatura uzupełniająca:
1. Halicka-Ambroziak H.: Wskazówki do ćwiczeń z fizjologii dla studentów wychowania fizycznego. AWF Warszawa, Warszawa 1996. 2. Kozłowski S.: Granice przystosowań. Wiedza Powszechna, Warszawa 1986. 3. Ganong W.: Podstawy fizjologii lekarskiej. PZWL, Warszawa 1994.
Nazwa przedmiotu: Biochemia wysiłku fizycznego
Literatura obowiązkowa:
1. Bańkowski E.: Biochemia: podręcznik dla studentów uczelni medycznych. Wyd. Edra Urban & Partner, Wrocław 2022. 2. Ciężczyk P.: Biochemia sportowa. Wyd. PZWL. Warszawa 2023. 3. Borkowski J.: Bioenergetyka i biochemia tlenowego wysiłku fizycznego. Wyd. AWF Wrocław 2019.
Literatura uzupełniająca:
1. Kączkowski J.: Podstawy biochemii. PWN, Warszawa 2024.

2. Tomaszewski J.: Diagnostyka laboratoryjna. Podręcznik dla studentów medycyny. PZWL, Warszawa 2001.
3. Kłyszewko-Stefanowicz L.: Ćwiczenia z biochemii. PWN, Warszawa 2022.
Nazwa przedmiotu: Żywnienie człowieka
Literatura obowiązkowa:
1. Gawęcki J.: Żywnienie człowieka Tom 1. Podstawy nauki o żywieniu. PZWL, 2022
2. Rychlik E., Stoś K., Woźniak A., Mojska H.: Normy żywienia dla populacji Polski. NIZP-PZH, 2024.
3. Grzymisławski M. Dietetyka kliniczna. PZWL, 2025.
Literatura uzupełniająca:
1. Normy żywienia dla żołnierzy sił zbrojnych RP oraz funkcjonariuszy służb mundurowych. WIHiE, 2020.
2. Grzymisławski M., Moszak M.: Żywnienie człowieka Tom 2. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. PZWL, 2022
Nazwa przedmiotu: Fitness
Literatura obowiązkowa:
1. Grodzka-Kubiak E.: Aerobik czy fitness. DDK Edition, Poznań 2002
2. Clemenceau J., Delavier F.: Stretching, Ilustrowany przewodnik. PZWL, Warszawa 2012
3. Olex-Zarychta D.: Fitness – teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. AWF Katowice, Katowice 2009
Literatura uzupełniająca:
1. Materiały udostępniane przez prowadzącego, w tym czasopisma branżowe
Nazwa przedmiotu: Trening wytrzymałościowy i siłowy
Literatura obowiązkowa:
1. Boyl M.: Advanced functional training: training technique for coaches, personal trainers and athletes. Human Kinetics, Illinois 2024.
2. Cook G., Burton L., Kiesel K. i in.: Movement. Functional movement system. Screening, Assessment, Corrective Strategies. On target Publications, 2020.
3. Starrett K., Cordoza G.: Become a souple leopard. Victory Belt Publishing Inc, 2013.
4. Bompa T.: Periodysation training for sports. Human Kinetics, Illinois 1999.
Literatura uzupełniająca:
1. Carthright L.: Fundamentals of athletic training. Human Kinetics, Illinois 2018.
2. Bompa T., Zajac A. Waśkiewicz Z.: Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych. AWF, Katowice 2018.
3. Cook G.: Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies Human Kinetics, Illinois 2018.
4. Price J.: The biomechanics method for corrective exercise. Human Kinetics, Illinois 2018.

SEMESTR 3

Nazwa przedmiotu: Pierwsza pomoc
Literatura obowiązkowa:
1. Goniewicz M.: Pierwsza pomoc - podręcznik dla studentów. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2024.
2. Soar J., Perkins G. D., Nolan J.: ABC resuscytacji. Górnicki Wydawnictwo Medyczne, Wrocław 2016.
3. Driscoll P., Skinner D., Earlam R.: ABC postępowania w urazach. Górnicki Wydawnictwo Medyczne, Wrocław 2010.
Literatura uzupełniająca:
1. Chrzęszczewska A.: Bandażowanie. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2014.
Nazwa przedmiotu: Język obcy (angielski)
Literatura obowiązkowa:
1. Evans V., Dooley J., Donsa J.: Fitness Training. Express Publishing, 2018.

2. Evans V., Dooley J., Graham A.: Sports. Express Publishing, 2018.
Literatura uzupełniająca:
1. Oxenden C., Latham-Koenig Ch.: English File. Fourth edition. Intermediate, Oxford University Press, Oxford 2020. 2. Sproule J.: Sports, Exercise and Health Science. Oxford University Press, Oxford 2012. 3. Crane J., Hannibal J.: Psychology. Oxford University Press, Oxford 2012. 4. Grice T.: Nursing 1. Oxford University Press, Oxford 2007 5. Grice T., Greenan J.: Nursing 2. Oxford University Press, Oxford 2008 6. Ciecierska J., Jenie B., Pudruj K.: English in Medicine. PZWL, Warszawa 2001. 7. Glendinning Eric H., Holmstrom Beverly A.S.: English in Medicine. Cambridge University Press, Cambridge 1998. 8. Grice T.: Nursing. Oxford University Press, Oxford 2007. 9. Christaki A., Dooley J.: Nutrition & Dietetics. Express Publishing, 2019. 10. Gilliland T., Dooley J.: Psychology. Express Publishing, 2019. 11. Evans V., Dooley J., Hayley R.: Cooking. Express Publishing, 2019.
Nazwa przedmiotu:
Kinezylogia
Literatura obowiązkowa:
1. Petryński W.: Zarys kinezylogii. Ujęcie systemowo-teoretyczne. Edra Urban & Partner, Wrocław 2019. 2. Vasilyeva L.: Kinezylogia stosowana. Vital, Białystok 2022. 3. Kujawa J.: Badanie układu mięśniowo-szkieletowego. PZWL, Warszawa 2011.
Literatura uzupełniająca:
1. Nowotny J. Kształcenie umiejętności ruchowych - podstawy teoretyczne oraz aspekty praktyczne. Podręcznik dla studentów fizjoterapii. SUM, Katowice, 2002. 2. Santana J. Trening Funkcjonalny. DB Publishing, Warszawa 2017. 3. Beckers D., Buck M. PNF w praktyce – Ilustrowany przewodnik. DB Publishing, Warszawa 2023 4. Boyle. M. Nowoczesny trening funkcjonalny. Galaktyka, Łódź 2019.
Nazwa przedmiotu:
Fizjologia wysiłku fizycznego
Literatura obowiązkowa:
1. Birch K., MacLaren D, George K.: Fizjologia sportu – krótkie wykłady. PWN, Warszawa 2008. 2. Bullock J., Boyle J., Wang M.: Fizjologia. Urban i Partner, Wrocław 1997. 3. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu sportowego. PZWL, Warszawa 2019. 4. Kozłowski S., Nazar K.: Wprowadzenie do fizjologii klinicznej. PZWL, Warszawa 2006.
Literatura uzupełniająca:
1. Halicka-Ambroziak H.: Wskazówki do ćwiczeń z fizjologii dla studentów wychowania fizycznego, AWF Warszawa, Warszawa 1996. 2. Ronikier A.: Fizjologia wysiłku w sporcie, fizjoterapii i rekreacji. Biblioteka Trenera, Warszawa 2008. 3. McLaughlin D., Stamford J., White D.: Fizjologia człowieka – krótkie wykłady. PWN, Warszawa 2008. 4. Murawska-Ciałowicz E., M. Zatoń.: Znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia. AWF Wrocław, Wrocław 2005. 5. Zatoń M., Jastrzębska A.: Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej. PWN, Warszawa 2010.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia społeczna
Literatura obowiązkowa:
1. Cialdini Robert B., Neuberg Steven L., Kenrick Douglas T.: Psychologia społeczna. Rozwiązane tajemnice. GWP, Gdańsk 2006. 2. Falkowski A., Tyszka T.: Psychologia zachowań konsumenckich. GWP, Gdańsk 2009. 3. Cialdini Robert B.: Wywieranie wpływu na ludzi. GWP, Gdańsk 2022. 4. Franken Robert E.: Psychologia motywacji. GWP, Gdańsk 2012.
Literatura uzupełniająca:
1. Aronson E.: Człowiek istota społeczna. PWN, Warszawa 2020.

2. Wojciszke B., Grzyb T.: Psychologia społeczna. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2024.
Nazwa przedmiotu: Psychologia aktywności fizycznej
Literatura obowiązkowa:
1. Guskowska M.: Aktywność fizyczna i psychika. AM, Toruń 2018. 2. Behnke M., Chlebosz K.: Trening mentalny. Psychologia sportu w praktyce. InneSpacery 2017. 3. O'Connor P., Buckworth J., Dishman R.: Aktywność fizyczna w psychologii zdrowia. Edra Urban & Partner, Wrocław 2023 4. Sapolsky R.: Dlaczego zebry nie mają wrzodów ? Psychofizjologia stresu. PWN, Warszawa 2022.
Literatura uzupełniająca:
1. Martens R.: Jak być skutecznym trenerem?. COS, Warszawa 2009. 2. Davis M., Eshelman E., McKay M.: Ogarnij stres. Zwierciadło, Warszawa 2022. 3. Łuszczynska A.: Psychologia sportu i aktywności fizycznej, PWN, Warszawa 2011.
Nazwa przedmiotu: Podstawy żywienia różnych grup ludności
Literatura obowiązkowa:
1. Rychlik E., Stoś K., Woźniak A., Mojska H.: Normy żywienia dla populacji Polski. NIZP-PZH, 2024. 2. Grzymisławski M., Moszak M.: Żywnienie człowieka Tom 2.Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. PZWL, 2022 3. Przygoda B., Kunachowicz H., Nadolna I. i in.: Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. PZWL, 2019. 4. Frączek B., Krzywański J., Krysztofiak H.: Dietetyka sportowa. PZWL, 2019.
Literatura uzupełniająca:
1. Szajewska H., Horvath A.: Żywnienie i leczenie żywieniowe dzieci i młodzieży. Medycyna Praktyczna, 2024. 2. Materiały udostępniane przez prowadzącego na zajęciach
Nazwa przedmiotu: Odnowa biologiczna
Literatura obowiązkowa:
1. Straburzyńska-Lupa A., Straburzyńska-Migaj E., Straburzyński G.: Fizjologiczne podstawy odnowy biologicznej i wellness w życiu codziennym, pracy i sporcie. PWSZ Kalisz, Kalisz 2015. 2. Magiera L., Walaszek R.: Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej. Biosport, Kraków 2023. 3. Krzystyniak K., Ball S.: Odnowa biologiczna w sporcie i profilaktyce zdrowotnej. Podhalańska Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa, Nowy Targ 2014. 4. Richter P., Hebggen E.: Punkty spustowe i łańcuchy mięśniowo-powięziowe w osteopatii i terapii manualnej. Galaktyka, Łódź 2016.
Literatura uzupełniająca:
1. Ilbeygui R.: Taping. Zastosowanie kliniczne. Techniki. Efekty terapii. Edra Urban & Partner, Wrocław 2018. 2. Sieroń A., Śliwiński Z.: Wielka fizjoterapia Tom 1-3. Edra Urban & Partner, Wrocław 2014. 3. Uryzaj R.: Anatomia masażu tkanek głębokich. Centrum Szkoleniowe Rafał Uryzaj, 2022. 4. Brzozowski K.: Odnowa biologiczna i psychiczna menedżerów sportu. Polska Korporacja Menedżerów Sportu, 2001.
Nazwa przedmiotu: Fitness
Literatura obowiązkowa:
1. Grodzka-Kubiak E.: Aerobik czy fitness. DDK Edition, Poznań 2002. 2. Clemenceau J., Delavier F.: Stretching, Ilustrowany przewodnik. PZWL, Warszawa 2012. 3. Olex-Zarychta D.: Fitness – teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. AWF Katowice, Katowice 2009.
Literatura uzupełniająca:
1. Materiały udostępniane przez prowadzącego, w tym czasopisma branżowe.
Nazwa przedmiotu:

Trening wytrzymałościowy i siłowy
Literatura obowiązkowa:
1. Boyl M.: Advanced functional training: training technique for coaches, personal trainers and athletes. Human Kinetics, Illinois 2024. 2. Cook G., Burton L., Kiesel K. i in.: Movement. Functional movement system. Screening, Assessment, Corrective Strategies. On target Publications, 2020. 3. Starrett K., Cordoza G.: Become a souple leopard. Victory Belt Publishing Inc, 2013. 4. Bompa T.: Periodysation training for sports. Human Kinetics, Illinois 1999.
Literatura uzupełniająca:
1. Carthright L.: Fundamentals of athletic training. Human Kinetics, Illinois 2018. 2. Bompa T., Zając A. Waśkiewicz Z.: Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych. AWF, Katowice 2018. 3. Cook G.: Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies Human Kinetics, Illinois 2018. 4. Price J.: The biomechanics method for corrective exercise. Human Kinetics, Illinois 2018.
Nazwa przedmiotu:
Sporty halowe
Literatura obowiązkowa:
1. Huciński, T. Lekner L.: Koszykówka - podręcznik dla trenerów, nauczycieli i studentów. BK, Wrocław 2001. 2. Akademia Polskiej Siatkówki - Program Szkolenia Siatkarza. PZPS, Warszawa 2012. 3. Superlak E.: Piłka siatkowa, Infovolley Wrocław 1995.
Literatura uzupełniająca:
1. FIBA Międzynarodowa federacja Koszykówki.: Koszykówka dla młodych zawodników. BZG SA, Warszawa 2002 2. Ergometr concept II - poradnik użytkownika - https://pztw.pl/files/Szkolenie/Ergometry/Poradnik_Concept2_ver2.0.pdf 3. Mielniczuk M., Staniszewski T.: Stare i nowe gry drużynowe. Telblit, Warszawa 1999.
Nazwa przedmiotu:
Trening funkcjonalny
Literatura obowiązkowa:
1. Boyle M.: Functional Training Movement Patterns. Human Kinetics, Illinois 2022. 2. Cook G.: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. On Target Publications, 2018. 3. Starrett K., Cordoza G.: Becoming a Supple Leopard: The Ultimate Guide to Resolving Pain, Preventing Injury, and Optimizing Athletic Performance. Victory Belt Publishing, 2021. 4. Verstegen M., Williams P.: Every Day Is Game Day: The Proven System of Elite Performance to Win All Day, Every Day. Avery, 2019.
Literatura uzupełniająca:
1. Haff G., Triplett N.: Essentials of Strength Training and Conditioning. Human Kinetics, Illinois 2015. 2. Anderson K., Stull K.: Functional Training Anatomy. Human Kinetics, Illinois 2021. 3. Kraemer W., Fleck S.: Optimizing Strength Training: Designing Nonlinear Periodization Workouts. Human Kinetics, Illinois 2019. 4. Cook G.: Athletic Body in Balance: Optimal Movement Skills and Conditioning for Performance. Human Kinetics, Illinois 2018.

SEMESTR 4

Nazwa przedmiotu:
Język obcy (angielski)
Literatura obowiązkowa:
1. Evans V., Dooley J., Donsa J.: Fitness Training. Express Publishing, 2018.

2. Evans V., Dooley J., Graham A.: Sports. Express Publishing, 2018.
Literatura uzupełniająca:
1. Oxenden C., Latham-Koenig Ch.: English File. Fourth edition. Intermediate, Oxford University Press, Oxford 2020. 2. Sproule J.: Sports, Exercise and Health Science. Oxford University Press, Oxford 2012. 3. Crane J., Hannibal J.: Psychology. Oxford University Press, Oxford 2012. 4. Grice T.: Nursing 1. Oxford University Press, Oxford 2007 5. Grice T., Greenan J.: Nursing 2. Oxford University Press, Oxford 2008 6. Ciecierska J., Jenie B., Pudruj K.: English in Medicine. PZWL, Warszawa 2001. 7. Glendinning Eric H., Holmstrom Beverly A.S.: English in Medicine. Cambridge University Press, Cambridge 1998. 8. Grice T.: Nursing. Oxford University Press, Oxford 2007. 9. Christaki A., Dooley J.: Nutrition & Dietetics. Express Publishing, 2019. 10. Gilliland T., Dooley J.: Psychology. Express Publishing, 2019. 11. Evans V., Dooley J., Hayley R.: Cooking. Express Publishing, 2019.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia społeczna
Literatura obowiązkowa:
1. Cialdini Robert B., Neuberg Steven L., Kenrick Douglas T.: Psychologia społeczna. Rozwiązane tajemnice. GWP, Gdańsk 2006. 2. Falkowski A., Tysza T.: Psychologia zachowań konsumenckich. GWP, Gdańsk 2009. 3. Cialdini Robert B.: Wywieranie wpływu na ludzi. GWP, Gdańsk 2022. 4. Franken Robert E.: Psychologia motywacji. GWP, Gdańsk 2012.
Literatura uzupełniająca:
1. Aronson E.: Człowiek istota społeczna. PWN, Warszawa 2020. 2. Wojciszke B., Grzyb T.: Psychologia społeczna. Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2024.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia aktywności fizycznej
Literatura obowiązkowa:
1. Adler R., Rosenfeld L., Proctor R.: Relacje interpersonalne. Proces porozumiewania się. Rebis, Poznań 2018. 2. Behnke M., Chlebosz K.: Trening mentalny. Psychologia sportu w praktyce. InneSpacery 2017. 3. Cyrklaff-Gorczyca M: Komunikacja interpersonalna i psychologiczne aspekty pracy z ludźmi. SBP, Warszawa 2023. 4. Davis M., Eshelman E., McKay M.: Ogarnij stres. Zwierciadło, Warszawa 2022.
Literatura uzupełniająca:
1. Martens R.: Jak być skutecznym trenerem?. COS, Warszawa 2009. 2. Blecharz J., Siekańska M.: Praktyczna psychologia sportu, AWF Kraków, Kraków 2009. 3. Łuszczynska A.: Psychologia sportu i aktywności fizycznej, PWN, Warszawa 2011.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości
Literatura obowiązkowa:
1. Brytek-Matera A.: Zaburzenia odżywiania. PZWL, Warszawa 2021. 2. Brytek-Matera A.: Psychodietetyka. PWN, Warszawa 2020. 3. Głębocka A.: Niezadowolenie z wyglądu a rozpaczliwa kontrola wagi. Impuls, Kraków 2009. 4. Łuszczynska A.: Nadwaga i otyłość. Interwencje terapeutyczne. PWN, Warszawa 2015.
Literatura uzupełniająca:
1. Baumeister, R., Heatherton, T., Tice, D.: Utrata kontroli. Jak i dlaczego tracimy zdolność do samoregulacji. Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Warszawa 2000 2. Józefik B.: Relacje rodzinne w anoreksji i bulimii psychicznej. Wydawnictwo UJ, Kraków 2006
Nazwa przedmiotu:
Podstawy żywienia różnych grup ludności
Literatura obowiązkowa:
1. Rychlik E., Stoś K., Woźniak A., Mojska H.: Normy żywienia dla populacji Polski. NIZP-PZH, 2024.

- Grzymisławski M., Moszak M.: Żywnienie człowieka Tom 2. Żywnienie człowieka zdrowego i chorego. PZWL, 2022 - Przygoda B., Kunachowicz H., Nadolna I. i in.: Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw. PZWL, 2019. - Frączek B., Krzywański J., Krysztofiak H.: Dietetyka sportowa. PZWL, 2019.
Literatura uzupełniająca:
- Szajewska H., Horvath A.: Żywnienie i leczenie żywieniowe dzieci i młodzieży. Medycyna Praktyczna, 2024. - Materiały udostępniane przez prowadzącego na zajęciach.
Nazwa przedmiotu:
Odnova biologiczna
Literatura obowiązkowa:
- Straburzyńska-Lupa A., Straburzyńska-Migaj E., Straburzyński G.: Fizjologiczne podstawy odnowy biologicznej i wellness w życiu codziennym, pracy i sporcie. PWSZ Kalisz, Kalisz 2015. - Magiera L., Walaszek R.: Masaż sportowy z elementami odnowy biologicznej. Biosport, Kraków 2023. - Krzystyniak K., Ball S.: Odnova biologiczna w sporcie i profilaktyce zdrowotnej. Podhalańska Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa, Nowy Targ 2014. - Richter P., Hebgen E.: Punkty spustowe i łańcuchy mięśniowo-powięziowe w osteopatii i terapii manualnej. Galaktyka, Łódź 2016.
Literatura uzupełniająca:
- Ilbeygui R.: Taping. Zastosowanie kliniczne. Techniki. Efekty terapii. Edra Urban & Partner, Wrocław 2018. - Sieroń A., Śliwiński Z.: Wielka fizjoterapia Tom 1-3. Edra Urban & Partner, Wrocław 2014. - Uryzaj R.: Anatomia masażu tkanek głębokich. Centrum Szkoleniowe Rafał Uryzaj, 2022. - Brzozowski K.: Odnova biologiczna i psychiczna menedżerów sportu. Polska Korporacja Menedżerów Sportu, 2001.
Nazwa przedmiotu:
Techniki relaksacyjne z elementami jogi
Literatura obowiązkowa:
- Gielecki J., Żurada A., Gajda G.: Ośrodkowy i obwodowy układ nerwowy. Górnicki Wydawnictwo Medyczne, Wrocław 2019 - Clayton M.: Zarządzanie stresem. Samosedno 2012 – ebook - Gmitrzak D.: Trening relaksacji. Samosedno 2017 - ebook
Literatura uzupełniająca:
Guszkowska M.: Aktywność fizyczna i psychika. Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2018
Nazwa przedmiotu:
Sporty halowe
Literatura obowiązkowa:
- Stelter M.: Badminton. COS, Warszawa 2001. - Hoskins T.: Tenis 245 ćwiczeń. Inne spacery, Warszawa 2015. - Wrześniewski S.: Piłka ręczna – poradnik metodyczny. Oficyna Wydawniczo Poligraficzna Adam, Warszawa 2000.
Literatura uzupełniająca:
Mielniczuk M., Staniszewski T.: Stare i nowe gry drużynowe. Telblit, Warszawa 1999.
Nazwa przedmiotu:
Trening funkcjonalny
Literatura obowiązkowa:
- Boyle M.: Functional Training Movement Patterns. Human Kinetics, Illinois 2022. - Cook G.: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. On Target Publications, 2018. - Starrett K., Cordoza G.: Becoming a Supple Leopard: The Ultimate Guide to Resolving Pain, Preventing Injury, and Optimizing Athletic Performance. Victory Belt Publishing, 2021. - Verstegen M., Williams P.: Every Day Is Game Day: The Proven System of Elite Performance to Win All Day, Every Day. Avery, 2019.
Literatura uzupełniająca:

1. Haff G., Triplett N.: Essentials of Strength Training and Conditioning. Human Kinetics, Illinois 2015. 2. Anderson K., Stull K.: Functional Training Anatomy. Human Kinetics, Illinois 2021. 3. Kraemer W., Fleck S.: Optimizing Strength Training: Designing Nonlinear Periodization Workouts. Human Kinetics, Illinois 2019. 4. Cook G.: Athletic Body in Balance: Optimal Movement Skills and Conditioning for Performance. Human Kinetics, Illinois 2018.
Nazwa przedmiotu:
Trening medyczny
Literatura obowiązkowa:
1. Cook G., Burton L., Kiesel K. I in.: Movement. Functional movement system. Screening, Assessment, Corrective Strategies. On target Publications, 2020. 2. Boyl M.: Advanced functional training : training technique for coaches, personal trainers and athletes. Human Kinetics, Illinois 2024. 3. Carthright L.: Fundamentals of athletic training. Human Kinetics, Illinois 2018.
Literatura uzupełniająca:
1. Bompa T.: Periodysation training for sports. Human Kinetics, Illinois 1999. 2. Price J.: The biomechanics method for corrective exercise. Human Kinetics, Illinois 2018. 3. Bompa T., Zając A., Waśkiewicz Z.: Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych. AWF Katowice, Katowice 2018. 4. Cook G.: Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. Human Kinetics, Illinois 2018.

SEMESTR 5

Nazwa przedmiotu:
Metody sztucznej inteligencji
Literatura obowiązkowa:
1. Russell S, Norvig P.: Sztuczna inteligencja. Nowe spojrzenie Tom 1/2, Pearson Education, Helion, Gliwice 2023. 2. Kurp F.: Sztuczna inteligencja od podstaw. Helion, Gliwice 2023. 3. Vajjala S., Majumder B, Gupta A. i in.: Przetwarzanie języka naturalnego w praktyce. Helion, Gliwice 2023.
Literatura uzupełniająca:
1. Materiały udostępnione przez prowadzącego
Nazwa przedmiotu:
Podstawy przedsiębiorczości i zasady prowadzenia działalności gospodarczej
Literatura obowiązkowa:
1. Serwis informacyjno-usługowy dla przedsiębiorcy. https://www.biznes.gov.pl/pl 2. Portal Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. https://www.zus.pl/ 3. Rządowy serwis dotyczący podatków. https://www.podatki.gov.pl/ 4. Opolski K., Waśniewski K.: Biznesplan: jak go budować i analizować. CeDeWu, Warszawa 2021.
Literatura uzupełniająca:
1. Gostkowska-Dźwig S., Kempa E., Mroziak M. i in.: Wybrane aspekty prowadzenia działalności biznesowej. Wydawnictwo Politechniki Częstochowskiej, Częstochowa 2022. 2. Kurczewska A.: Edukacja w zakresie przedsiębiorczości: w kierunku syntezy teorii, praktyki kształcenia i etyki. Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2023. 3. Czaja I., Kosała M., Michalik Z. i in.: Działalność innowacyjna przedsiębiorstw: przesłanki i przejawy. Difin, Warszawa 2021.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia stresu i jakości życia
Literatura obowiązkowa:
1. Sapolsky R.: Dlaczego zebry nie mają wrzodów. PWN, Warszawa 2024. 2. Łosiak W.: Psychologia stresu. Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008 3. Butcher J., Hooley J., Mineka S.: Psychologia zaburzeń DSM-5. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2013. 4. Herszen I., Sęk H.: Psychologia zdrowia. PWN, Warszawa 2013.

5. Ogińska-Bulik N., Juczyński Z.: Osobowość stres a zdrowie. Difin, Warszawa 2010.
Literatura uzupełniająca:
1. Gawor A., Głębocka A.: Jakość życia współczesnego człowieka. Impuls, Kraków 2007. 2. Heszen I., Życińska J.: Psychologia zdrowia w poszukiwaniu pozytywnych inspiracji. Wydawnictwo SWPS Academica, Warszawa 2008. 3. Hobfoll E.: Stres, kultura i społeczność. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006.
Nazwa przedmiotu:
Gerontopsychologia
Literatura obowiązkowa:
1. Steuden S.: Psychologia starzenia się i starości. PWN, Warszawa 2011. 2. Engle R., Sędek G., Hecker von Ulrich i in.: Ograniczenia poznawcze. Starzenie się i psychopatologia. PWN, Warszawa 2013. 3. Hill R. : Pozytywne starzenie się. MT Biznes, Warszawa 2010. 4. Pichalski R.: Psychospołeczne uwarunkowania funkcjonowania osób w podeszłym wieku, Wyd. Adam Marszałek, Warszawa 2014. 5. Bishop G.: Psychologia zdrowia. Zintegrowany umysł i ciało. Astrum, Wrocław 2000.
Literatura uzupełniająca:
1. Szmigielska B.: Senior zalogowany. Wyd. UJ, Kraków 2014. 2. Gawron N., Łojek E.: Różne oblicza starości. Badania neuropsychologiczne. Wyd. UW, Warszawa 2014. 3. Nawrocka A.: Społeczne doświadczenie starości. Stereotypy, postawy, wybory. Impuls, Kraków 2013. 4. Głębocka A., Szarzyńska M.: Wsparcie społeczne a jakość życia ludzi starszych. Gerontologia Polska t.13, nr 3, 255-259, 2005.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia zaburzeń odżywiania i otyłości
Literatura obowiązkowa:
1. Brytek-Matera A.: Zaburzenia odżywiania. PZWL, Warszawa 2021. 2. Brytek-Matera A.: Psychodietetyka. PWN, Warszawa 2020. 3. Głębocka A.: Niezadowolenie z wyglądu a rozpaczliwa kontrola wagi. Impuls, Kraków 2009. 4. Łuszczynska A.: Nadwaga i otyłość. Interwencje terapeutyczne. PWN, Warszawa 2015.
Literatura uzupełniająca:
1. Baumeister, R., Heatherton, T., Tice, D.: Utrata kontroli. Jak i dlaczego tracimy zdolność do samoregulacji. Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Warszawa 2000 2. Józefik B.: Relacje rodzinne w anoreksji i bulimii psychicznej. Wydawnictwo UJ, Kraków 2006
Nazwa przedmiotu:
Trening medyczny
Literatura obowiązkowa:
1. Cook G., Burton L., Kiesel K. I in.: Movement. Functional movement system. Screening, Assessment, Corrective Strategies. On target Publications, 2020. 2. Boyl M.: Advanced functional training : training technique for coaches, personal trainers and athletes. Human Kinetics, Illinois 2024. 3. Carthright L.: Fundamentals of athletic training. Human Kinetics, Illinois 2018.
Literatura uzupełniająca:
1. Bompa T.: Periodysation training for sports. Human Kinetics, Illinois 1999. 2. Price J.: The biomechanics method for corrective exercise. Human Kinetics, Illinois 2018. 3. Bompa T., Zając A., Waśkiewicz Z.: Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych. AWF Katowice, Katowice 2018. 4. Cook G.: Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. Human Kinetics, Illinois 2018.
Nazwa przedmiotu:
Indywidualne programy treningowe
Literatura obowiązkowa:
1. Boyle M.: Advanced Functional Training: Training Technique for Coaches, Personal Trainers, and Athletes. Human Kinetics, Illinois 2011. 2. Burges J.R.: The Medical Fitness Impact Plan. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2014.

3. Cook G., Burton L., Kiesel K. et al.: Movement. Functional Movement System. Screening, Assessment, Corrective Strategies. On Target Publications, 2010.
4. Curtis J.: The Movement Muscle Manual: The Ultimate Guide to Functional Anatomy. 2023.
Literatura uzupełniająca:
1. Bompa T.: Periodization Training for Sports. Human Kinetics, Illinois 2015.
2. Starrett K., Cordoza G.: Become a Supple Leopard. Victory Belt Publishing, 2013.
3. Zajac A.: Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych. AWF Katowice, 2009.
4. Price J.: The Biomechanics Method for Corrective Exercise. Human Kinetics, Illinois 2018.
Nazwa przedmiotu: Atletyka terenowa
Literatura obowiązkowa:
1. Gabryś T., Borek Z.: Lekkoatletyka. Podręcznik dla studentów. Cz. 1. AWF Katowice, Katowice 2007.
2. Mańkowski R., Martynkin A.: Gry i ćwiczenia terenowe, Horyzonty, Warszawa 1973.
3. Migasiewicz J., Stodółka J.: Lekkoatletyka. COS, Warszawa 2007.
Literatura uzupełniająca:
1. Stawczyk Z.: Gry i zabawy lekkoatletyczne. Seria: Skrypty nr 88. AWF Poznań, Poznań 1998.
2. Stawczyk Z.: Ćwiczenia ogólnorozwojowe. Seria: Skrypty nr 64. AWF Poznań, Poznań 2001.
3. Kusy K., Zieliński J.: Diagnostyka w sporcie. Podręcznik nowoczesnego trenera. AWF Poznań, Poznań 2017.
Nazwa przedmiotu: Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka
Literatura obowiązkowa:
1. Whitmore J.: Coaching. Trening efektywności. Burda Publishing Polska, Warszawa 2011.
2. Hemmings B., Holder T.: Psychologia sportu. Studia przypadków. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014.
3. Behenke M., Chlebosz K., Kaczmarek M.: Trening mentalny. Psychologia sportu w praktyce. Wydawnictwo Inne spacery, Warszawa 2017.
Literatura uzupełniająca:
1. Law H., Ireand S., Hussain Z.: Psychologia coachingu. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.
2. Rogers J.: Coaching. GWP, Gdańsk 2010.
3. Sasin A.: Life coaching. Wydawnictwo HELION, Gliwice 2011.
4. Łuszczynska A.: Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011.
Nazwa przedmiotu: Żywnienie a zdolność do wysiłku
Literatura obowiązkowa:
1. Frączek B., Krzywański J., Krysztofiak H.: Dietetyka sportowa. PZWL, 2019.
2. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. PZWL, 2019.
3. https://www.ausport.gov.au/ais/nutrition/supplements
Literatura uzupełniająca:
1. Materiały udostępniane przez prowadzącego na zajęciach
2. Zajac A., Zydek G., Michalczyk M.: Nowe trendy w żywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie. AWF Katowice, 2017.
Nazwa przedmiotu: Suplementacja w sporcie
Literatura obowiązkowa:
1. Frączek B., Krzywański J., Krysztofiak H.: Dietetyka sportowa. PZWL, 2019.
2. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. PZWL, 2019.
3. https://bjsm.bmj.com/content/52/7/439
4. https://www.ausport.gov.au/ais/nutrition/supplements
Literatura uzupełniająca:
1. Materiały udostępniane przez prowadzącego na zajęciach
2. Zajac A., Zydek G., Michalczyk M.: Nowe trendy w żywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie. AWF Katowice, 2017.
Nazwa przedmiotu:

Seminarium dyplomowe
Literatura obowiązkowa:
1. Jankowski K.: Metodologia badań empirycznych: podręcznik dla studentów wychowania fizycznego, AWF Warszawa, Warszawa 2005.
Literatura uzupełniająca:
1. Łobocki M.: Metody i techniki badań pedagogicznych. Impuls, Kraków 2000.

SEMESTR 6

Nazwa przedmiotu:
Organizacja I marketing sportu i rekreacji
Literatura obowiązkowa:
1. Panasiuk A.: Marketing w sporcie. PWN, Warszawa 2018. 2. Sznajder A.: Marketing sportu. PWN, Warszawa 2017. 3. Żyśko J.: Zarządzanie w sporcie i rekreacji. PWN, Warszawa 2020. 4. Standeven J., DeKnop P.: Sport Tourism. Human Kinetics, Illinois 1999.
Literatura uzupełniająca:
1. Mullin B., Hardy S., Sutton W.: Sport Marketing. Human Kinetics, Illinois 2014. 2. Zawadzki K.: Event marketing w sporcie. Difin, Warszawa 2019. 3. Slack T., Parent M.: Understanding Sport Organizations: The Application of Organization Theory. Human Kinetics, Illinois 2006. 4. Masteralexis L., Barr C., Hums M.: Principles and Practice of Sport Management. Jones & Bartlett Learning, 2018.
Nazwa przedmiotu:
Psychologia stresu i jakości życia
Literatura obowiązkowa:
1. Sapolsky R.: Dlaczego zebry nie mają wrzodów. PWN, Warszawa 2024. 2. Łosiak W.: Psychologia stresu. Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008 3. Butcher J., Hooley J., Mineka S.: Psychologia zaburzeń DSM-5. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2013. 4. Herszen I., Sęk H.: Psychologia zdrowia. PWN, Warszawa 2013. 5. Ogińska-Bulik N., Juczyński Z.: Osobowość stres a zdrowie. Difin, Warszawa 2010.
Literatura uzupełniająca:
1. Gawor A., Głębocka A.: Jakość życia współczesnego człowieka. Impuls, Kraków 2007. 2. Heszen I., Życińska J.: Psychologia zdrowia w poszukiwaniu pozytywnych inspiracji. Wydawnictwo SWPS Academica, Warszawa 2008. 3. Hobfoll E.: Stres, kultura i społeczność. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006.
Nazwa przedmiotu:
Gerontopsychologia
Literatura obowiązkowa:
1. Steuden S.: Psychologia starzenia się i starości. PWN, Warszawa 2011. 2. Engle R., Sędek G., Hecker von Ulrich i in.: Ograniczenia poznawcze. Starzenie się i psychopatologia. PWN, Warszawa 2013. 3. Hill R. : Pozytywne starzenie się. MT Biznes, Warszawa 2010. 4. Pichalski R.: Psychospołeczne uwarunkowania funkcjonowania osób w podeszłym wieku, Wyd. Adam Marszałek, Warszawa 2014. 5. Bishop G.: Psychologia zdrowia. Zintegrowany umysł i ciało. Astrum, Wrocław 2000.
Literatura uzupełniająca:
1. Szmigielska B.: Senior zalogowany. Wyd. UJ, Kraków 2014. 2. Gawron N., Łojek E.: Różne oblicza starości. Badania neuropsychologiczne. Wyd. UW, Warszawa 2014. 3. Nawrocka A.: Społeczne doświadczenie starości. Stereotypy, postawy, wybory. Impuls, Kraków 2013. 4. Głębocka A., Szarzyńska M.: Wsparcie społeczne a jakość życia ludzi starszych. Gerontologia Polska t.13, nr 3, 255-259, 2005.
Nazwa przedmiotu:
Indywidualne programy treningowe

Literatura obowiązkowa:
1. Boyle M.: Advanced Functional Training: Training Technique for Coaches, Personal Trainers, and Athletes. Human Kinetics, Illinois 2011. 2. Burges J.R.: The Medical Fitness Impact Plan. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2014. 3. Cook G., Burton L., Kiesel K. et al.: Movement. Functional Movement System. Screening, Assessment, Corrective Strategies. On Target Publications, 2010. 4. Curtis J.: The Movement Muscle Manual: The Ultimate Guide to Functional Anatomy. 2023.
Literatura uzupełniająca:
1. Bompa T.: Periodization Training for Sports. Human Kinetics, Illinois 2015. 2. Starrett K., Cordoza G.: Become a Supple Leopard. Victory Belt Publishing, 2013. 3. Zając A.: Przygotowanie sprawnościowe w zespołowych grach sportowych. AWF Katowice, 2009. 4. Price J.: The Biomechanics Method for Corrective Exercise. Human Kinetics, Illinois 2018.
Nazwa przedmiotu:
Prakseologia treningu
Literatura obowiązkowa:
1. Łasiński G.: Sprawne działania indywidualne i zespołowe. Ujęcie prakseologiczno-systemowe. AWF Wrocław, Wrocław 2021. 2. Żołądz J.: Fizjologia wysiłku fizycznego. Edra Urban & Partner. Wrocław, 2007. 3. Zatoń M.: Testy fizjologiczne w ocenie wydolności fizycznej. PWN, Warszawa 2014. 4. Zając A., Chmura J.: Współczesny system szkolenia w zespołowych grach sportowych. AWF Katowice, Katowice 2016. 5. Panfil R.: Prakseologia gier sportowych. AWF Wrocław, Wrocław 2008.
Literatura uzupełniająca:
1. Birch K.: Fizjologia sportu. PWN, Warszawa 2012. 2. Stefaniak T.: Atlas uniwersalnych ćwiczeń siłowych część II. Wydawnictwo BK, Wrocław 2002. 3. Starzyński T., Sozański H.: Trening skoczności. Resortowe Centrum Metodyczno – Szkoleniowe, Warszawa 2005.
Nazwa przedmiotu:
Atletyka terenowa
Literatura obowiązkowa:
1. Wilanowski A.: Nordic walking razem. Nord Walk, Wrocław 2023. 2. Mroczyński Z., Hirsz M.: Bieg na orientację. AWF Gdańsk, Gdańsk 1984. 3. Friel J.: Biblia treningu rowerowego. Galaktyka, Łódź 2022. 4. Weckwerth M.: Kajakarstwo dla aktywnych. Pascal, Bielsko-Biała 2006.
Literatura uzupełniająca:
1. Wilanowski A.: Nordic walking dla każdego. Nord Walk, Wrocław 2023. 2. Borysewicz W.: Biegi na orientację, CAS Pryzmat, Suwałki 2007. 3. Korzonek M.: GlobRower. Poradnik podróżnika rowerowego. GlobRower, Poznań 2022. 4. Mattos B.: Kajakarstwo. Przewodnik po wszystkich rodzajach kajakarstwa. Wiedza Powszechna, Warszawa 2016.
Nazwa przedmiotu:
Indywidualne techniki wspierające rozwój psychofizyczny człowieka
Literatura obowiązkowa:
1. Whitmore J.: Coaching. Trening efektywności. Burda Publishing Polska, Warszawa 2011. 2. Hemmings B., Holder T.: Psychologia sportu. Studia przypadków. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014. 3. Behenke M., Chlebosz K., Kaczmarek M.: Trening mentalny. Psychologia sportu w praktyce. Wydawnictwo Inne spacery, Warszawa 2017.
Literatura uzupełniająca:
1. Law H., Ireand S., Hussain Z.: Psychologia coachingu. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010. 2. Rogers J.: Coaching. GWP, Gdańsk 2010. 3. Sasin A.: Life coaching. Wydawnictwo HELION, Gliwice 2011. 4. Łuszczynska A.: Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Zagadnienia kliniczne. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011.
Nazwa przedmiotu:
Żywnienie a zdolność do wysiłku

Literatura obowiązkowa:
1. Frączek B., Krzywański J., Krysztofiak H.: Dietetyka sportowa. PZWL, 2019. 2. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. PZWL, 2019. 3. https://www.ausport.gov.au/ais/nutrition/supplements
Literatura uzupełniająca:
Materiały udostępniane przez prowadzącego na zajęciach 1. Zając A., Zydek G., Michalczyk M.: Nowe trendy w żywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie. AWF Katowice, 2017.
Nazwa przedmiotu:
Suplementacja w sporcie
Literatura obowiązkowa:
1. Frączek B., Krzywański J., Krysztofiak H.: Dietetyka sportowa. PZWL, 2019. 2. Górski J.: Fizjologia wysiłku i treningu fizycznego. PZWL, 2019. 3. https://bjsm.bmj.com/content/52/7/439 4. https://www.ausport.gov.au/ais/nutrition/supplements
Literatura uzupełniająca:
1. Materiały udostępniane przez prowadzącego na zajęciach 2. Zając A., Zydek G., Michalczyk M.: Nowe trendy w żywieniu i suplementacji osób aktywnych fizycznie. AWF Katowice, 2017.
Nazwa przedmiotu:
Seminarium dyplomowe
Literatura obowiązkowa:
1. Jankowski K.: Metodologia badań empirycznych: podręcznik dla studentów wychowania 2. fizycznego, AWF Warszawa, Warszawa 2005.
Literatura uzupełniająca:
1. Łobocki M.: Metody i techniki badań pedagogicznych. Impuls, Kraków 2000.