

Plan zajęć
SP Żywienie i wspomaganie dietetyczne w sporcie

Semestr I i II

24.11.2018r.- 15.06.2019r.

Miejsce: Kampus AWF ul. Królowej Jadwigi 27/39,
61-871, Poznań,

Legenda –sale :

Budynek Główny AWF (Stary): 263, 265, 266, 272, 276.

Nowy Budynek Dydaktyczny:210, 214, 215,218, 219, 226,

TERMIN		SOBOTA		NIEDZIELA	
1	I semestr 24.11-25.11	9.30 – 12.30 12.45 – 15.45 16.00 – 19.00	Spotkanie organizacyjne (4h wykł.) Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia (4h wykł.) Podstawy aktywności fizycznej (4h wykł.) Teoria treningu sportowego	8.30 -10.45 11.00 – 13.15 13.30 – 15.45	(3h wykł.) Podstawy żywienia człowieka (3h ćw.) Podstawy żywienia człowieka (3h wykł.) Podstawy aktywności fizycznej
2	8.12 – 9.12	9.00 – 11.15 11.30 – 13.45 14.00 – 16.15 16.30 – 18.45	(3h wykł.) Fizjologia wysiłku fizycznego (3h ćw.) Fizjologia wysiłku fizycznego (3h wykł.) Podstawy żywienia człowieka (3h ćw.) Podstawy żywienia człowieka	8.30 -10.45 11.00 – 13.15 13.30 – 15.45	(3h wykł.) Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia (3h ćw.) Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia (3h wykł.) Podstawy aktywności fizycznej
3	12.01-13.01	9.00 – 11.15 11.30 – 13.45 14.00 – 17.45	(3h wykł.) Fizjologia wysiłku fizycznego (3h ćw.) Fizjologia wysiłku fizycznego (5h wykł.) Biochemiczne aspekty żywienia s.276	8.30 -11.30 11.45 – 13.15 13.30 – 15.45	(4h wykł.) Teoria treningu sportowego (2h ćw.) Teoria treningu sportowego (3h ćw.) Podstawy żywienia człowieka
4	9.02 - 10.02	9.00 – 11.15 11.30– 13.45 14.00 – 15.30 15.45 – 18.00	(3h wykł.) Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia (3h ćw.) Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia (2h wykł.) Podstawy żywienia człowieka (3h ćw.) Podstawy żywienia człowieka	8.30 -12.15 12.30 – 14.45	(5h wykł.) Podstawy fizjologii żywienia (3h wykł.) Biochemiczne aspekty żywienia s.276

5	2.03 -3.03	9.00 – 10.30 10.45– 13.00 13.15 – 16.15 16.30 – 19.30	(2h wykł.) Podstawy żywienia człowieka (3h ćw.) Podstawy żywienia człowieka (4h ćw.) Ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia (4h ćw.) Teoria treningu sportowego	8.30 -10.00 10.15 – 13.15	(2h wykł.) Biochemiczne aspekty żywienia s.276 (4h ćw.) Teoria treningu sportowego
6	II semestr 16.03 – 17.03	9.00 – 12.00 12.15 – 14.30 14.45 – 17.00	(4h wykł.) Podstawy dietetyki s.219 (3h wykł.)Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.219 (3h ćw.) Podstawy dietetyki s.214	8.30 – 13.00 13.15 – 16.15	(6 h ćw.) Dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie i w wysiłku fizyczny s.219 (4h ćw.)Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.230
7	30.03 – 31.03	9.00 – 12.00 12.15 – 15.15 15.30-16.45	(4 h. ćw.) Dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie i w wysiłku fizycznym s.219 (4h wykł.) Podstawy dietetyki s.219 (2h wykł.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.219	8.30 -10.00 10.15 – 13.15 13.30 – 15.45	(2h wykł.) Podstawy dietetyki s.219 (4h wykł.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.219 (3h ćw.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.219
8	6.04-7.04	9.00 – 12.00 12.15 – 14.30 14.45 – 17.00	(4h ćw.)Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.214 (3h wykł.)Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.214 (3h ćw.) Podstawy dietetyki s.214	8.30 -10.45 11.00 – 14.00 14.15 – 15.45	(3h ćw.) Podstawy dietetyki s.214 (4h ćw.)Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.214 (2h ćw.) Psychologia i psychopatologia odżywienia s.219
9	11.05 – 12.05	9.00 – 11.15 11.30 – 13.00 13.15 – 17.00	(3h wykł.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.219 (2h wykł.) Związki biologicznie czynne w żywności s.219 (4h ćw.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.214	8.30 -11.30 11.45 – 15.30	(4h ćw.) Psychologia i psychopatologia odżywienia s.219 (5h ćw.) Dozwolone i niedozwolone wspomaganie w sporcie i w wysiłku fizycznym s.219
10	25.05 – 26.05	9.00 – 12.00 12.15 – 15.15	(4h ćw.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.214 (4h wykł.) Związki biologicznie czynne w żywności s.219	8.30 -11.30 11.45 – 14.45	(4h ćw.) Psychologia i psychopatologia odżywienia s.219 (4h ćw.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.230

		15.30 – 17.45	(3h ćw.) Podstawy dietetyki s.214		
11	1.06 – 2.06	9.00 – 12.00 12.15 – 14.30 14.45- 17.00	(4h wykł.) Związki biologicznie czynne w żywności s.219 (3h ćw.) Plan. żywienia w różnych dyscypl. sportu s.214 (3h ćw.) Podstawy dietetyki s.214		
12	15.06	9.00	Egzamin dyplomowy s. 255 (budynek główny)		