

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim
Zamiejscowy Wydział Kultury Fizycznej**

Kierunek: Wychowanie fizyczne

KARTA PRZEDMIOTU

Nazwa przedmiotu: **PSYCHOLOGIA SPORTU**

Kod przedmiotu: **ZWKF_WF_2_o_G.5_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Nauk Humanistycznych
i Społecznych**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

dr Marzena Tomczak

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Marzena Tomczak

Data opracowania: **30.09.2022 r.**

1. Podstawowe informacje

| | | | | |
|-----------------------|-----------------------------------|-----------|-----------|------|
| Forma studiów | studia stacjonarne | | | |
| Stopień studiów | studia drugiego stopnia | | | |
| Profil | ogólnoakademicki | | | |
| Specjalność | nauczycielsko-trenerska | | | |
| Rok studiów / semestr | rok 2, semestr 3 | | | |
| Status przedmiotu | obowiązkowy w ramach specjalności | | | |
| Język przedmiotu | polski | | | |
| Forma zajęć | wykład | ćwiczenia | seminaria | inne |
| Wymiar zajęć | 10 | | | |
| Liczba punktów ECTS | 1 | | | |

2. Cele przedmiotu

| | |
|----|--|
| C1 | Nabywanie wiedzy z zakresu psychologii sportu prowadzącej do zrozumienia zachowań zawodnika i jego rozwoju |
| C2 | Doskonalenie umiejętności autoanalizy, obserwacji i analizy zjawisk psychologicznych w sporcie i wykorzystanie ich w pracy trenerskiej |
| C3 | Wspomaganie rozwoju umiejętności psychologicznych koniecznych w relacjach interpersonalnych z zawodnikami i trenerami. |

3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- podstawową wiedzę dotyczącą procesów psychicznych i prawidłowości rządzących rozwojem,
- potrafi wyszukiwać, selekcjonować, analizować, oceniać informacje z różnych źródeł.

4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

| Symbol | Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student: | Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów | Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 7) |
|--------|---|---|--|
| EK1 | rozpoznaje i definiuje procesy psychologiczne i mechanizmy nimi rządzące; potrafi wychwycić problemy wynikające z zakłócenia wzajemnych relacji między zawodnikiem a grupą społeczną; jest świadomy wpływu własnego zachowania i innych ludzi na jakość relacji społecznych | A1_W6 A1_U12 A1_U15 A1_K10 | P7S_WG P7S_UO P7S_UW P7S_KR |
| EK2 | rozumie założenia i konsekwencje stosowania różnych mechanizmów oddziaływania psychologicznego; potrafi trafnie ocenić sytuację, rozumie mechanizmy funkcjonowania jednostki w grupie | A1_W7 A1_U5 A1_K12 | P7S_WG P7S_UW P7S_KO |
| EK3 | wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu psychologii sportu w realizacji przyszłych, zawodowych zadań; wykazuje aktywność w samodzielnym podejmowaniu działań, zmierzających do diagnozowania sytuacji | A1_W7 A1_K5 | P7S_WG P7S_KO |

5. Treści programowe

| WYKŁADY | | |
|---------|--|---------------|
| Lp. | Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych | Liczba godzin |
| W1 | Relaksacja. Trening uważności. | 2 |
| W2 | Trening wyobraźniowy w sporcie. | 2 |
| W3 | Budowanie i prowadzenie skutecznego zespołu | 2 |
| W4 | Radzenie sobie z presją i przeciwnościami. Współpraca z trenerami i rodzicami. | 2 |
| W5 | Koncentracja w sporcie. | 2 |
| | Razem | 10 |

6. Metody dydaktyczne

| | |
|----|--|
| M1 | Wykład interaktywny z prezentacją multimedialną. |
| M2 | Metody dyskusyjne. |
| M3 | Grupowe podejmowanie decyzji. |
| M4 | Metody audiowizualne. |
| M5 | Metody diagnostyczne. |

7. Obciążenie pracą studenta

| Forma aktywności | Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności |
|---|---|
| Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym: | |
| Godziny wynikające z planu studiów | 10 |
| Zaliczenia w sesji | 1 |
| Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym: | |
| Przygotowanie się do zajęć | 5 |
| Przygotowanie do zaliczenia | 9 |
| Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta | 25 |
| Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu | 1 |

8. Metody oceny

a. Ocena formująca

| | |
|----|---------------------------------------|
| F1 | Dyskusja podczas wykładów. |
| F2 | Rozwiązywanie zadań w małych grupach. |
| F3 | Analiza materiałów filmowych. |

b. Ocena podsumowująca

| | |
|----|---------------------------------------|
| P1 | Zaliczenie pisemne – test wiadomości. |
|----|---------------------------------------|

c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- zapoznanie się z literaturą z zakresu tematyki ćwiczeń i aktywne uczestnictwo w zajęciach;
- uzyskanie pozytywnej oceny z testu wiadomości;
- opanowanie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych w zadawalającym zakresie.

9. Kryteria oceny

| Efekt uczenia się EK1 | |
|------------------------------|--|
| na ocenę 2 | Student nie rozpoznaje i nie definiuje procesy społeczne, nie potrafi wychwycić problemów wynikających z zakłócenia wzajemnych relacji nie jest świadomy wpływu własnego zachowania i innych ludzi na jakość relacji społecznych. |
| na ocenę 3 | Student zadawalająco rozpoznaje i definiuje procesy społeczne, z trudnością potrafi wychwycić problemy wynikające z zakłócenia wzajemnych relacji, stara się być świadomy wpływu własnego zachowania i innych ludzi na jakość relacji społecznych. |
| na ocenę 4 | Student dobrze rozpoznaje i definiuje procesy społeczne, potrafi wychwycić problemy wynikające z zakłócenia wzajemnych relacji, stara się być świadomy wpływu własnego zachowania i innych ludzi na jakość relacji społecznych. |
| na ocenę 5 | Student doskonale rozpoznaje i definiuje procesy społeczne, sprawnie potrafi wychwycić problemy wynikające z zakłócenia wzajemnych relacji, jest świadomy wpływu własnego zachowania i innych ludzi na jakość relacji społecznych. |
| Efekt uczenia się EK2 | |
| na ocenę 2 | Student nie rozumie założeń i konsekwencji stosowania różnych reguł i technik wpływu społecznego, nie potrafi trafnie ocenić sytuacji, nie rozumie mechanizmów funkcjonowania jednostki w społeczeństwie. |
| na ocenę 3 | Student zadawalająco rozumie założenia i konsekwencje stosowania różnych reguł i technik wpływu społecznego, ma trudności w trafnej ocenie sytuacji, stara się rozumieć mechanizmy funkcjonowania jednostki w społeczeństwie. |
| na ocenę 4 | Student dobrze rozumie założenia i konsekwencje stosowania różnych reguł i technik wpływu społecznego, trafnie ocenia sytuację, dobrze rozumie mechanizmy funkcjonowania jednostki w społeczeństwie. |
| na ocenę 5 | Student doskonale rozumie założenia i konsekwencje stosowania różnych reguł i technik wpływu społecznego, bardzo dobrze ocenia sytuację, doskonale rozumie mechanizmy funkcjonowania jednostki w społeczeństwie. |
| Efekt uczenia się EK3 | |
| na ocenę 2 | Student nie wykorzystuje wiedzy teoretycznej z zakresu psychologii społecznej w realizacji przyszłych, życiowych i zawodowych zadań, nie wykazuje aktywności w samodzielnym podejmowaniu działań, zmierzających do diagnozowania sytuacji społecznych. |
| na ocenę 3 | Student zadawalająco wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu psychologii społecznej w realizacji przyszłych, życiowych i zawodowych zadań, wykazuje niewielką aktywność w samodzielnym podejmowaniu działań, zmierzających do diagnozowania sytuacji społecznych |
| na ocenę 4 | Student dobrze wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu psychologii społecznej w realizacji przyszłych, życiowych i zawodowych zadań, wykazuje aktywność w samodzielnym podejmowaniu działań, zmierzających do diagnozowania sytuacji społecznych. |

| | |
|------------|---|
| na ocenę 5 | Student doskonale wykorzystuje wiedzę teoretyczną z zakresu psychologii społecznej w realizacji przyszłych, życiowych i zawodowych zadań, wykazuje dużą aktywność w samodzielnym podejmowaniu działań, zmierzających do diagnozowania sytuacji społecznych. |
|------------|---|

10. Macierz realizacji przedmiotu

| Efekty uczenia się | Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów | Cele przedmiotu | Treści programowe | Metody dydaktyczne | Sposoby oceny |
|--------------------|---|-----------------|-------------------|-----------------------|-------------------|
| EK1 | A1_W6, A1_U12 A1_U15, A1_K10 | C1–C3 | W1–W5 | M1, M2, M4, M5 | F1, F2, F3 P1 |
| EK2 | A1_W7, A1_U5 A1_K12 | C1–C3 | W1–W5 | M1, M2, M3, M4, M5 | F1, F2, F3, P1 |
| EK3 | A1_W7, A1_K5 | C1–C3 | W1–W5 | M1, M2, M3 | F1, F2, P1 |

11. Wykaz piśmiennictwa

a. Piśmiennictwo podstawowe

| | |
|----|---|
| 1. | Smith L.H., Kays T.M., <i>Psychologia sportu dla bystrzaków</i> , Septem, Gliwice 2014. |
| 2. | Jarvis M., <i>Psychologia sportu</i> , GWP, Gdańsk 2003. |

b. Piśmiennictwo uzupełniające

| | |
|----|--|
| 1. | Czajkowski Z., <i>Psychologia sprzymierzeńcem trenera</i> , Biblioteka Trenera, Warszawa 1996. |
| 2. | Gracz J., Sankowski T., <i>Psychologia aktywności sportowej</i> , AWF Poznań, 2007. |
| 3. | Morris T., Summers J. (red.), <i>Psychologia sportu. Strategie i techniki</i> , Biblioteka Trenera, Warszawa 1998. |

12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....
(miejsowość, data)

(kierownik zakładu)

(dziekan wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)