

I. OGÓLNE INFORMACJE PODSTAWOWE O PRZEDMIOCIE (MODULE)

Psychologia aktywności fizycznej

Nazwa jednostki organizacyjnej prowadzącej kierunek:	Collegium Humanum Szkoła Główna Menedżerska w Warszawie
Nazwa kierunku studiów, poziom kształcenia:	Psychologia -Jednolite studia magisterskie
Liczba punktów ECTS	4
Język przedmiotu- polski, angielski, inny	polski
Profil kształcenia:	PRAKTYCZNY
Nazwa specjalności:	Psychologia sportu, Psychodietetyka i suplementacja w sporcie
Rodzaj modułu kształcenia: (wskazać właściwe)	Podstawowy / kierunkowy/ <u>specjalnościowy</u> /obowiązkowy/ fakultatywny
Rok / Semestr:	4/7
Osoba koordynująca przedmiot:	
Wymagania wstępne (wynikające z następstwa przedmiotów):	Psychologia społeczna, Psychologia osobowości, Psychologia rozwoju człowieka, psychologia emocji i motywacji.

II. FORMY ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH ORAZ WYMIAR GODZIN

	Wykład	Ćwiczenia/ konwersatorium	Laboratorium	Warsztaty	Projekt	Seminarium	Praktyki	Egzamin / zaliczenie	Konsultacje	Suma godzin	Ogółem ECTS
Studia stacjonarne	20	30						2	6	58	2,3
Studia niestacjonarne	10	20						2	6	38	1,5

III. METODY REALIZACJI ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH

Formy zajęć	Metody dydaktyczne -właściwe podkreślić
<u>Wykład/ Ćwiczenia</u>	<p><u>Wykład podający (z prezentacją multimedialną)</u> Wykład problemowy Wykład konwersatoryjny <u>Dyskusja dydaktyczna</u> <u>Ćwiczenia praktyczne pod kierunkiem</u> Ćwiczenia z wykorzystaniem narzędzi informatycznych <u>Metoda przypadków</u> Metoda sytuacyjna Metoda inscenizacji Metoda projektów Gry dydaktyczne (symulacyjne, decyzyjne, psychologiczne) Demonstracja/ pokaz <u>Analiza źródeł</u> Praca w grupie Debata Inne</p>

IV. PRZEDMIOTOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ

Z ODNIESIENIEM DO EFEKTÓW KIERUNKU

Lp.	Opis przedmiotowych efektów uczenia się	Odniesienie do efektu kierunkowego symbol
Wiedza:		
P_W01	Posiada pogłębioną wiedzę na temat biologicznych, poznawczych i środowiskowych uwarunkowań rozwoju osobniczego oraz zna praktyczne zastosowanie tej wiedzy.	K_W08
P_W02	Posiada wiedzę o charakterze pogłębionym z zakresu psychologii społecznej. Zna związek psychologii społecznej z innymi naukami społecznymi. Posiada pogłębioną wiedzę o zjawiskach związanych ze społecznym działaniem człowieka jako jednostki oraz funkcjonowaniem różnych struktur społecznych. Zna teorie i ma wiedzę o praktycznych zastosowaniach wyników badań psychologii społecznej.	K_W10
Umiejętności:		
P_U01	Posiada umiejętność pracy w zespole, wyznaczania celów oraz realizacji celów wspólnych. Potrafi pełnić rolę lidera.	K_U16
P_U02	Potrafi pracować z osobami o różnym stopniu przygotowania sportowego do udziału w rywalizacji sportowej zgodnie z praktyką zawodową.	K_U19
Kompetencje społeczne:		
P_K01	Wykazuje gotowość do pracy z osobami o różnym poziomie przygotowania sportowego, jak również z osobami z niepełnosprawnościami.	K_K09
P_K02	Prezentuje postawę świadomości jak ważne jest uwzględnianie aspektów etycznych i moralnych.	K_K02
V. TREŚCI KSZTAŁCENIA		
Lp.	Wykład:	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się
W1	Biologiczne podstawy aktywności fizycznej	P_W01 P_W02
W2	Znaczenie aktywności ruchowej w życiu współczesnego człowieka. Edukacja szkolna a kształtowanie postaw prozdrowotnych.	
W3	Psychologiczne determinanty uczenia się motorycznego. Motywowanie do uczenia się - kształtowanie motywacji wewnętrznej. Kształtowanie nawyków . Ocenianie postępów stosowania wzmocnień. Ideomotoryczne utrwalenie stereotypu dynamicznego - trening mentalny	
W4	Nauczyciel wychowania fizycznego jako autorytet. Osobowość nauczyciela wychowania fizycznego - profil normatywny. Osobowość trenera idealnego. Osobowość menadżera sportu.	
W5	Modele i strategie rozwoju osiągnięć sportowych i aktywności fizycznej	
W6	Psychospołeczne źródła zmiany w poziomie wykonania sportowego	
Lp.	<u>Ćwiczenia</u>	Odniesienie do przedmiotowych efektów uczenia się
T1	Sport i aktywność fizyczna a funkcjonowanie emocjonalne, poznawcze i jakość życia	P_U01
T2	Aktywność fizyczna jako forma profilaktyki zdrowotnej	P_U02
T3	Aktywność sportowa u osób z niepełnosprawnością	P_K01

T4	Rozpoczynanie i kończenie kariery sportowej	P_K02
T5	Presja, urazy, wypalenie:: specyficzne konsekwencje zaangażowania w karierę sportową	
T6	Regulacja wykonania w sporcie przez przyjmowanie substancji (alkohol, papierosy, środki dopingujące)	

VI. METODY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Forma zajęć, w ramach której weryfikowany jest EU	Metoda weryfikacji –WŁAŚCIWE WYBRAĆ Egzamin pisemny, egzamin ustny ,kolokwium, projekt, prezentacja, referat, esej inne	Kategoria weryfikowanych efektów uczenia się : wiedza, umiejętności ,kompetencje społeczne WŁAŚCIWE WYBRAĆ
Wykład	Egzamin pisemny	Wiedza
Ćwiczenia	Przygotowanie pracy zaliczeniowej według wytycznych prowadzącego	Umiejętności, Kompetencje społeczne

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU wskazać właściwe

Zaliczenie przedmiotu na podstawie pozytywnej oceny z egzaminu pisemnego, pracy zaliczeniowej.

VII. KRYTERIA OCENY OSIĄGNIĘTYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

Niedostateczny (2,0)	Dostateczny (3,0)	Dostateczny plus (3,5)	Dobry (4,0)	Dobry plus (4,5)	Bardzo dobry (5,0)
Poniżej 60%	60,0%-69,99%	70%-74,99%	75%-84,99%	85%-89,99%	90,0%-100%

VIII. NAKŁAD PRACY STUDENTA – WYMIAR GODZIN I BILANS PUNKTÓW ECTS

Rodzaj aktywności ECTS	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
1.Udział w zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego i studentów dydaktycznych (wykłady, ćwiczenia, konwersatoria, projekt, laboratoria, warsztaty, seminaria) – SUMA godzin – z punktu II	58	38
W tym		
1.1..Udział w zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego i studentów	50	30
1.2..Egzaminy/zaliczenia -liczba godzin	2	2
1.3..Udział w konsultacjach -liczba godzin	6	6
2.– Indywidualna praca własna studenta - liczba godzin – Projekt / esej / studium przypadku / zadanie praktyczne ,samodzielne przygotowanie się do zajęć ,egzaminów, zaliczeń	42	62
Sumaryczne obciążenie pracą studenta (25h = 1 ECTS) SUMA godzin i ECTS	100 h = 4 ECTS	100 h = 4 ECTS

IX. LITERATURA PRZEDMIOTU ORAZ INNE MATERIAŁY DYDAKTYCZNE

Literatura podstawowa przedmiotu:

1. Gracz, J., Sankowski, T. (2007). Psychologia aktywności sportowej. Poznań: AWF.
2. Jarvis, M. (2003). Psychologia sportu. Gdańsk: GWP.

3. Krawczyński, M., Nowicki, D. (red.), (2004). Psychologia sportu w treningu dzieci i młodzieży. Warszawa: Zespół Wydawnictw COS.

4. Morris, T., Summers, J. (1998). Psychologia sportu. Strategie i techniki. Warszawa: COS.

Literatura uzupełniająca przedmiotu:

Inne materiały dydaktyczne: