|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nazwa przedmiotu: | **Psychologia** | ECTS: **6** |
| **Wydział:** Wydział **Wychowania Fizycznego** | **Kierunek**: Wychowanie fizyczne |
| **Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot:** | **Rok: I****Semestr: 1 i 2** |
| **Katedra Humanistycznych Podstaw Kultury Fizycznej** |
| **Forma studiów/ rodzaj studiów:** | **Profil kształcenia:** | **Status przedmiotu:** |
| **Studia stacjonarne: I stopnia** | **praktyczny** | Obowiązkowy |
| **Język przedmiotu:** polski | **Forma zajęć:****Wykład/ćwiczenia** | **Wymiar zajęć stacjonarne** **78 godzin** |
| **Prowadzący przedmiot**  | **mgr Adam Łojan****dr Zuzanna Wałach-Biśta** | **Sposób realizacji:** |
| **Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i studentów** |
| **Wymagania wstępne** | Brak |
| **Cele przedmiotu** | Celem przedmiotu jest zapoznanie studenta w podstawową wiedzę związaną z psychologicznymi aspektami funkcjonowania człowieka oraz rozwijanie umiejętności związanych z komunikacją, pracą z grupą i rozwojem osobistym. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Efekty uczenia się****Student:** | **Odniesienie do efektów kierunkowych** | **Odniesienie Charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji \*** | **Odniesienie do Standardów kształcenia nauczycieli** |
| **W zakresie wiedzy** |  |
| W01 | Definiuje i wyjaśnia podstawowe pojęcia psychologii: procesy poznawcze (m.in. spostrzeganie, uwaga, myślenie, pamięć), różnice indywidualne (osobowości, temperament, inteligencja), emocje, motywacje | K\_W11K\_W12 | P6S\_WK | B.1.W1 |
| W02 | Wymienia i opisuje główne perspektywy psychologiczne (psychologia ewolucyjna, psychoanaliza, behawioryzm, psychologia humanistyczna) | K\_W05 | P6S\_WK | B.1.W1B.1.W4 |
| W03 | Opisuje teorię przywiązania i związane z nią style przywiązania w dzieciństwie oraz ich wpływ na funkcjonowanie człowieka | K\_W05 | P6S\_WK | B.1.W2 |
| W04 | Charakteryzuje pojęcia zachowań społecznych: spostrzegania społecznego i ich uwarunkowań, postaw i ich zmiany, stereotypów, uprzedzeń i zachowań dyskryminujących. Rozumie znaczenie wpływu społecznego na funkcjonowanie człowieka. Ma wiedzę na temat procesów grupowych: spójności, przywództwa, norm społecznych i decyzji grupowych. | K\_W05, K\_W06 | P6S\_WK | B.1.W3 |
| W05 | Zna i opisuje proces rozwoju ucznia w okresie dzieciństwa, adolescencji i wczesnej dorosłości: rozwój fizyczny, motoryczny i psychoseksualny, rozwój procesów poznawczych, rozwój społeczno-emocjonalny i moralny | K\_W13K\_W05 | P6S\_WK | B.1.W2 |
| **W zakresie umiejętności** |  |
| U01 | Radzi sobie ze stresem i stosuje strategie radzenia sobie z trudnościami. | K\_U13 | P6S\_UO | B.1.U7 |
| U03 | Potrafi skutecznie komunikować się z innymi ze świadomością potencjalnych barier wynikających z różnic indywidualnych czy wieku | K\_U05 | 6S\_UK | B.1.U5 |
| U04 | Posiada umiejętność pracy z grupą, potrafi obserwować procesy zachodzą wewnątrz grupy | K\_U13, K\_U14 | P6S\_UOP6S\_UW | B.1.U1B.1.U2B.1.U6. |
| **W zakresie kompetencji społecznych** |  |
| K01 | Wykorzystuje zdobytą wiedzy psychologicznej do analizy zdarzeń pedagogicznych | K\_K07K\_K09 | P6S\_KOP6S\_KK | B.1.K2 |
| K02 | Dokonuje autorefleksji nad własnym rozwojem osobistym i zawodowym. Zna i stosuje metody profilowania własnych zdolności, identyfikacji swoich mocnych i słabych stron, priorytetyzacji zadań | K\_K01K\_K04 | P6S\_KK | B.1.K1 |

|  |
| --- |
| **Stosowane metody dydaktyczne** |
| **Wykład informacyjny, wykład konwersatoryjny, dyskusja dydaktyczna, dyskusja problemowa, praca w grupach, analiza studium przypadku, prezentacja** |

|  |
| --- |
| **Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów uczenia się uzyskanych przez studentów** |
| Ocena bardzo dobra: student napisał bardzo dobrą pracę pisemną z zakresu omawianej tematyki oraz wykazał się dużym zaangażowaniem w czasie zajęć.Ocena dobra: student wykazał się podczas pracy pisemnej dobrą znajomością omawianej na zajęciach tematyki oraz wykazał się zadawalającym zaangażowaniem w czasie zajęć.Ocena dostateczna: student podczas pracy pisemnej wykazał się dostateczną znajomością omawianej tematyki oraz wykazał się dostatecznym zaangażowaniem w trakcie zajęć.Ocena niedostateczna: Student w pracy pisemnej wykazał niedostateczną wiedzę z zakresu omawianej tematyki oraz nie wyrażał w czasie zajęć zainteresowania i postawy zaangażowania odnośnie omawianych zagadnień. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Treści programowe przedmiotu**  | **Godziny****ST/NST** |
|   | **Wykład**1. Psychologia jako nauka, podstawowe pojęcia w psychologii
2. Perspektywa biologiczno-ewolucyjna w rozwoju człowieka
3. Behawioryzm, modele uczenia się: warunkowanie klasyczne, instrumentalne, nauka przez obserwacje, karanie – skutki i konsekwencje
4. Perspektywa psychonalityczna, pojęcie nieświadomości, mechanizmy obronne,
5. Teoria przywiązania, style przywiązania, ich wpływ na funkcjonowanie dzieci i młodzieży
6. Perspektywa humanistyczna – teorie potrzeb, koncepcje ja i ich związki z funkcjonowaniem człowieka
7. Stres, lęk i pobudzenie - lęk poznawczy i somatyczny, zależności pomiędzy poziomem pobudzenia a działaniem, poznawczy model stresu, stres negatywny i pozytywny, ogólny system adaptacyjny stresu
8. Różnice indywidualne – genetyka zachowania, cechy osobowości, model Wielkiej Piątki Osobowości, Regulacyjna Teoria Temperamentu, wybrane koncepcje inteligencji
9. Rozwój procesów poznawczych (myślenie, mowa, spostrzeganie, uwaga i pamięć), rozwój społeczno-emocjonalny i moralny, zmiany fizyczne w okresie dojrzewania. Rozwój wybranych funkcji psychicznych
10. Procesy poznawcze – spostrzeganie, przetwarzanie informacji, wybrane zaburzenia spostrzegania; uwaga i koncentracja, wybrane zaburzenia uwagi; myślenie, myślenie twórcze, błędy poznawcze, wybrane zaburzenia myślenia; pamięć, wybrane zaburzenia pamięci
11. Agresja i asertywność. Agresja w środowisku szkolnym i sportowym
12. Wybrane zagadnienia profilaktyki zdrowia psychicznego u dzieci i młodzieży: depresja, zaburzenia lękowe i odżywiania, uzależnienia behawioralne

**Ćwiczenia**1. Komunikacja - efektywne komunikaty, porozumiewanie się w sytuacjach konfliktowych, model komunikacji FUKO. Bariery komunikacyjne. Rozwiązania ograniczeń i barier w komunikacji z uczniem i jego środowiskiem.
2. Motywacja i emocje ucznia w szkole, sposoby oddziaływania. Aspekty pracy z uczniami o różnej charakterystyce osobowościowej, z symptomami zaburzeń uwagi, koncentracji, funkcjonowania w okresie dorastania, obniżenia nastroju, depresji
3. Techniki, metody i style radzenia sobie ze stresem.
4. Identyfikacja własnych zdolności i ograniczeń, zarządzanie czasem, metody planowania czasu i priorytetyzacji zadań
5. Spostrzeganie społeczne, samowiedza i dysonans poznawczy.
6. Postawy i zmiany postaw. Stereotypy, uprzedzenia, zachowania dyskryminujące.
7. Wpływ społeczny i jego reguły. Konformizm.
8. Budowanie efektywnego zespołu. Spójność grupowa, przywództwo, role grupowe i myślenie grupowe.
 |  |
| **Forma i warunki zaliczenia przedmiotu, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu, zaliczenia** |
|  Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest aktywne uczestnictwo w zajęciach oraz zaliczenie pisemnego kolokwium w formie testu (pytania zamknięte, otwarte) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS** | **Stacjonarne** | **Niestacjonarne** |
| **Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:**Udział w wykładachUdział w ćwiczeniach | 52h26h |  |
| **Samodzielna praca studenta:**Przygotowanie do ćwiczeń, Wyszukiwanie i czytanie literaturyPrzygotowanie do zaliczeniaUdział w przygotowaniu prezentacji/projektu grupowego | 26h20h20h12h |  |
| **Łączny nakład pracy studenta wynosi:** 156 **godzin**, co odpowiada  **6 punktom ECTS** |

|  |
| --- |
| **Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia przedmiotu** |
| **Literatura podstawowa:**Aronson E., Wilson T., D., Akert R. M.(2008) Psychologia społeczna, Poznań: Zysk I S-ka. Cialdini, R. (2013). Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka. GWPGerrig, R. J., Zimbardo, P. G., Materska, M., & Radzicki, J. (2012). Psychologia i życie. Wydawnictwo Naukowe PWN. Harwas-Napierała, B., & Trempała, J. (2014). Psychologia rozwoju człowieka. *Charakterystyka okresów życia człowieka, Tom 2.* Wydawnictwo Naukowe PWN.Przetacznik-Gierowska, M., & Tyszkowa, M. (2014). Psychologia rozwoju człowieka. Zagadnienia ogólne, Tom 1, Warszawa: PWNHarwas-Napierała, B., & Trempała, J. (2014). Psychologia rozwoju człowieka. *Charakterystyka okresów życia człowieka.* Wydawnictwo Naukowe PWN.Spielman, R. M., Jenkins, W., Dumper, K., Lovett, M., & Czarnota-Bojarska, J. (2020). Psychologia. Wydawnictwo OpenStax. .  |
| **Literatura uzupełniająca:**Fontana D. (1998) Psychologia dla nauczycieli, Zysk i S-ka 1998Schaffer D., Kipp K. (2015), Psychologia rozwoju. Harmonia 2015Stewart J. (2008) Mosty zamiast murów. Podręcznik komunikacji interpersonalnej, PWN (2008)Łuszczyńska A. (2011) Psychologia sportu i aktywności fizycznej PWN 2011Jarvis, M., & Gajdzińska, M. (2003). Psychologia sportu. Gdańskie Wydaw. Psychologiczne. |

|  |
| --- |
| **Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk, w przypadku, gdy program kształcenia przewiduje praktyki** |
| Nie dotyczy |

**Forma oceny efektów uczenia się**

|  |  |
| --- | --- |
| **Efekty uczenia się**  | **Forma oceny** |
| **Test sprawdzający/odpowiedź ustna** | **Praca grupowa/prezentacja** | **Obserwacja/dyskusja dydaktyczna** |
| W01 | X |  |  |
| W02 | X |  |  |
| W03 | X |  |  |
| W04 | X |  |  |
| W05 | X | X | X |
| U01 |  |  | X |
| U02 |  |  | X |
| U03 |  |  | X |
| K01 |  |  | X |
| K02 |  |  | X |