

KARTA PRZEDMIOTU

1. Informacje wstępne

Nazwa przedmiotu	Psychologia sportu
Wydział	Wydział Nauk Społecznych i Filologii
Kierunek	Psychologia
Specjalność/Ścieżka specjalizacyjna	—
Poziom PRK	7 PRK
Poziom kształcenia	jednolite studia magisterskie
Forma studiów	studia niestacjonarne
Grupa zajęć	—
Liczba punktów ECTS	2
Rodzaj przedmiotu	fakultatywny
Liczba godzin ogółem	15 godz.
Cykl dydaktyczny	2024/2025 zimowy
Semestr studiów	9
Rok studiów	5
Profil kształcenia	ogólnoakademicki
Rok realizacji	2028/2029
Język wykładowy	polski
Osoba odpowiedzialna za przedmiot	dr Dominika Zapotoczna (e-mail: dzapotoczna@uafm.edu.pl)

Semestr, liczba punktów ECTS, rodzaj zajęć, liczba godzin w planie studiów

Semestr	Ćwiczenia
9	15 godz. 2 ECTS

2. Cele przedmiotu

C1	Ćwiczenia wprowadzają studentów w tematykę stosowanej psychologii sportu. Studenci zapoznają się z podstawowymi zagadnieniami związanymi z psychologią sportu, pracą psychologa sportu oraz ścieżką zawodową.
----	---

3. Wymagania wstępne

Wiedza zdobyta w toku studiów psychologicznych.

4. Opis efektów uczenia się

W1	Wiedza: Student zapoznaje się z podstawowymi zagadnieniami psychologicznych podstaw aktywności fizycznej oraz treningu mentalnego. Przedstawiana jest obecnie obowiązująca wiedza wraz z najnowszymi wynikami badań z zakresu psychologii sportu.	EUK7_W1, EUK7_W10, EUK7_W5, EUK7_W6, EUK7_W7
U1	Umiejętności: Student potrafi zinterpretować zachowanie osoby, z którą pracuje, wskazać czynniki sytuacyjne oraz psychologiczne, które mogły wpłynąć na to zachowanie. Student ma umiejętność zastosowania podstawowych technik treningu mentalnego.	EUK7_U1, EUK7_U2, EUK7_U4
K1	Kompetencje społeczne: Student wie jak przygotować i zaplanować trening mentalny. Student potrafi poprowadzić rozmowę z klientem oraz osobami współpracującymi i wskazać pola do pracy.	EUK7_KS1, EUK7_KS3, EUK7_KS5

5. Treści programowe

Ćwiczenia (15 godz.)

Kod	Tematyka zajęć (nr semestru: 9)
Cw1	Charakterystyka pracy psychologa sportu. Filozofia pracy.
Cw2	Spotkanie z klientem i przykładowa konsultacja.
Cw3	Współpraca z trenerem.
Cw4	Praca z celami a dialog wewnętrzny.
Cw5	Techniki relaksacyjne.
Cw6	Trening wyobrażeniowy w sporcie.
Cw7	Opracowywanie planu współpracy z klientem/zespołem.

6. Metody dydaktyczne

Ćwiczenia	
M1	Analiza przypadków
M3	Burza mózgów
M6	Dyskusja
M16	Praca w grupach
M17	Prezentacja multimedialna

7. Nakład pracy studenta

Forma aktywności studenta	Obciążenie studenta
Ćwiczenia	15 godz.
W tym metodą e-learning:	0 godz.

Praca własna studenta	
	35 godz.

Całkowite obciążenia	
Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta	50 godz.
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	2 ECTS

8. Kryteria oceny

Warunki zaliczenia przedmiotu:

Obecność i aktywność na zajęciach. Przygotowanie pracy pisemnej na wybrany temat, spełnienie warunków formalnych wskazanych przez prowadzącą.

Ćwiczenia	
Na ocenę 5:	Terminowe przesłanie pracy, wyczerpujący opis omawianego przypadku, znajomość omawianej dyscypliny sportu, poprawne wskazanie obszarów pracy, biegłe odniesienia do literatury przedmiotu oraz modeli pracy, kreatywny i bogaty program współpracy.
Na ocenę 4,5:	Terminowe przesłanie pracy, wyczerpujący opis omawianego przypadku, znajomość omawianej dyscypliny sportu, poprawne wskazanie obszarów pracy, odniesienia do literatury przedmiotu, przygotowanie programu współpracy.
Na ocenę 4:	Terminowe przesłanie pracy, dokładny opis omawianego przypadku, poprawne wskazanie obszarów pracy, odniesienia do literatury przedmiotu, przygotowanie programu współpracy.
Na ocenę 3,5:	Terminowe przesłanie pracy, opis omawianego przypadku, wskazanie obszarów pracy, odniesienia do literatury przedmiotu, przygotowanie programu współpracy.
Na ocenę 3:	Terminowe przesłanie pracy, opis omawianego przypadku, wskazanie obszarów pracy, przygotowanie programu współpracy.

9. Literatura

Literatura podstawowa

1. Blecharz, J. (2006). Psychologia we współczesnym sporcie - punkt wyjścia i możliwości rozwoju. Przegląd Psychologiczny, 49(4), 445-462.
2. Hemmings, B., Holder, T. (2014). Psychologia sportu. Wydawnictwo Naukowe: PWN.
3. Łuszczynska, A. (2011). Psychologia sportu i aktywności fizycznej. Wydawnictwo Naukowe: PWN.
4. Parzelski, D. (red) (2006). Psychologia sportu. Teoria, badania, praktyka. Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego.

Literatura uzupełniająca

1. Behenke, M., Chlebosz, K., Kaczmarek, M. (2017). Trening mentalny. Psychologia sportu w praktyce. Wydawnictwo: Inne spacer.
2. Blecharz, J., Siekańska, M. (2009). Praktyczna psychologia sportu. Wykorzystanie koncepcji psychologicznych w sporcie. Kraków: Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha.
3. Habib, M. Badar. (2022). Psychologia sportowa. Wydawnictwo: Nasza Wiedza.