

(pieczęć uczelni)

KARTA PRZEDMIOTU

1. Informacje ogólne

Nazwa przedmiotu i kod (wg planu studiów):	Psychologia ogólna (B7)
Nazwa przedmiotu (j. ang.):	General Psychology
Kierunek studiów:	Wychowanie fizyczne
Specjalność/specjalizacja:	Nauczyciel wychowania fizycznego, trener osobisty
Poziom kształcenia:	studia pierwszego stopnia
Profil kształcenia:	praktyczny
Forma studiów:	studia stacjonarne
Koordinator przedmiotu:	dr Iryna Durkalewych

2. Ogólna charakterystyka przedmiotu

Przynależność do modułu:	Moduł kształcenia podstawowego
Status przedmiotu:	obowiązkowy
Język wykładowy:	polski
Rok studiów, semestr: *)	I, 1
Forma i wymiar zajęć według planu studiów:	Studia stacjonarne - wykład 15 h., ćwiczenia 15 h.
W przypadku studiów międzyobszarowych stosunek procentowy tych obszarów w ocenie koordynatora (efekty kształcenia wymienione w punkcie 5 powinny odzwierciedlać te relacje, należy więc wymienić odpowiednie efekty obszarowe):	65 % - obszar nauk humanistycznych 35% - obszar nauk społecznych
Interesariusze i instytucje partnerskie (nieobowiązkowe)	

Wymagania wstępne /
Przedmioty wprowadzające:

Wiedza ogólna na poziomie szkoły średniej

3. Bilans punktów ECTS

Całkowita liczba punktów ECTS: (A + B)	3	Stacjonarne
A. Liczba godzin wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela z podziałem na typy zajęć oraz całkowita liczba punktów ECTS osiąganych na tych zajęciach:	Wykład Ćwiczenia audytoryjne Konsultacje Egzamin w sumie: ECTS	15 h 15 h 5 h 2 h 37 h 1,5
B. Poszczególne typy zadań do samokształcenia studenta (niewymagających bezpośredniego udziału nauczyciela) wraz z planowaną średnią liczbą godzin na każde i sumaryczną liczbą ECTS:	Przygotowanie do ćwiczeń Praca w bibliotece Przygotowanie do egzaminu w sumie: ECTS	20 h 10 h 10 h 40 h 1,5
C. Liczba godzin praktycznych / laboratoryjnych w ramach przedmiotu oraz związana z tym liczba punktów ECTS:	Ćwiczenia audytoryjne Przygotowanie do ćwiczeń w sumie: ECTS	15 h 20 h 35 h 1,5
D. W przypadku studiów międzyobszarowych procent punktów ECTS przyporządkowanych obu obszarom (zgodnie z p. 2) ECTS - obszar nauk	
 ECTS - obszar nauk	

4. Opis przedmiotu

Cel przedmiotu:	<p>Wprowadzenie w problematykę podstawowych zagadnień psychologicznych. Zapoznanie studentów z aparatem pojęciowym służącym do opisu podstawowych procesów poznawczych, emocjonalnych, motywacyjnych oraz zagadnieniami osobowości w świetle najnowszych osiągnięć badawczych.</p> <p>Zamierzone efekty kształcenia</p> <p>Wiedza. Przystwojenie przez studentów podstawowej wiedzy o człowieku i jego aktywności. Znajomość procesów poznawczych, emocjonalnych, motywacyjnych. Definiowanie podstawowych terminów psychologicznych.</p> <p>Umiejętność sprawnego posługiwania się językiem</p>
------------------------	---

	<p>psychologicznym, wykorzystania zdobytej wiedzy w praktycznym, codziennym działaniu oraz praktyce pedagogicznej. Opisywanie poszczególnych procesów poznawczych, emocjonalnych, motywacyjnych odnośnie samego siebie oraz innych. Analiza temperamentu, zainteresowań, postaw z samodzielnym pogłębianiem wiedzy na temat tego, jaki jestem i jakie są przyczyny mojego wyobrażenia o sobie (oraz innych).</p> <p>Kompetencji społeczne. Student uświadamia znaczenie wiedzy z psychologii ogólnej w pracy zawodowej nauczyciela; dokonuje analizy własnych cech temperamentu, zainteresowań, emocji etc.; świadomy poziomu swojej wiedzy psychologicznej.</p>
<p>Metody dydaktyczne:</p>	<p>Metody dydaktyczne: wykład konwersatoryjny, dyskusja dydaktyczna, analiza przypadków, gry dydaktyczne, film.</p>
<p>Treści kształcenia:</p>	<p>Wykłady:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Psychologia jako nauka. Psychologia w systemie nauk. Zadania oraz metody badań psychologii. Główne nurty współczesnej psychologii. 2. Mózg a jaźń. Świadomość. Funkcje świadomości. Zmiana stanów świadomości. 3. Procesy poznawcze – wrażenia i spostrzeżenia. 4. Procesy poznawcze – uwaga. Definicja, funkcje, rodzaje, właściwości uwagi. 5. Procesy poznawcze – pamięć. Definicja, funkcje, rodzaje, właściwości pamięci. Czynniki wpływające na proces zapamiętywania i zapominania. Krzywa zapominania Ebbinghaus. Mnemotechniki i strategie zapamiętywania. 6. Myślenie – definicja, operacje, reguły, rodzaje myślenia. Rola myślenia w rozwiązywaniu problemów. Rozwój myślenia. Wyobraźnia. Wyobraźnia a procesy twórcze. Rozwój wyobraźni. 7. Inteligencja. Biologiczne podstawy inteligencji. Rola inteligencji w funkcjonowaniu człowieka w życiu codziennym (inteligencja a osiągnięcia edukacyjne, zawodowe, życiowe). 8. Uczenie się. Rodzaje uczenia się. Organizacja procesu uczenia się. 9. Język, struktura i funkcje. Wybrane zagadnienia komunikacji niewerbalnej w aktywności fizycznej. 10. Emocje. Pojęcie i właściwości procesów emocjonalnych. Wpływ emocji na procesy poznawcze i zachowanie. Inteligencja emocjonalna. Frustracja i stres. Skuteczne formy radzenia sobie w sytuacji stresowej. 11. Motywacja. Rodzaje motywacji. Teorie motywacji (teoria instynktów, teoria redukcji popędów, teoria potrzeb). Motywacja a aktywność ruchowa. Typy motywacji osób uprawiających sport. Rola motywacji w edukacji szkolnej. Zjawiska związane z trudnościami realizacji motywów. 12. Osobowość – różnorodność podejść i definicji. Wybrane teorie osobowości (teorie psychoanalityczne i neopsychodynamiczne, teorie humanistyczne i egzystencjalne, teorie behawiorystyczne i neobehawiorystyczne, teoria cech, teorie poznawcze, itd.). Metody badań osobowości. Wybrane testy psychologiczne. 13. Styl życia człowieka oraz jego wpływ na zdrowie fizyczne i

psychiczne.
Ćwiczenia (prowadzący: mgr K. Staroń).

5. Efekty kształcenia i sposoby weryfikacji

Efekt przedmiotu	Student, który zaliczył przedmiot (spełnił minimum wymagań)	Efekt kierunkowy	Forma zajęć dydaktycznych	Sposób weryfikacji efektów kształcenia (forma zaliczeń)
B7_K_W02 B7_K_W03 B7_K_W08	<p>w zakresie wiedzy:</p> <p>1. Potrafi zdefiniować podstawowe pojęcia i terminy z zakresu psychologii ogólnej.</p> <p>2. Zna ogólne mechanizmy i prawidłowości zachowania się człowieka. Różnicuje procesy poznawcze i kierunkowe oraz zna prawidłowości rządzące ich przebiegiem.</p> <p>3. Zna podstawowe teorie psychologiczne dotyczące procesów uczenia się i nauczania, rozumie różnorakie uwarunkowania tych procesów.</p>	M1_W01 M1_W02	Wykład konwersat oryjny.	Wynik ocen częściowych zdobywanych w ciągu semestru, egzamin pisemny.
B7_K_U01 B7_K_U02	<p>w zakresie umiejętności:</p> <p>1. Sprawnie posługuje się językiem psychologicznym.</p> <p>2. Potrafi zastosować podstawowe skuteczne sposoby radzenia sobie w sytuacjach psychologicznie trudnych (np. sytuacjach konfliktowych, stresowych).</p>	M1_U01 M1_U05	Wykład konwersat oryjny.	Wstępna, bieżąca oraz całościowa ocena umiejętności.
B7_K_K01	<p>w zakresie kompetencji społecznych:</p> <p>Posiada kompetencje w przekonaniach dotyczących siebie samego poprzez zdolność do analizy swojego temperamentu, zainteresowań, emocji, osobowości.</p>	M1_K01	Wykład konwersat oryjny.	Ocena włączona w końcową ocenę zaliczeniową.

6. Sposób obliczania oceny końcowej

Wiedza zdobyta na wykładach sprawdzana jest poprzez pisemny egzamin końcowy – 80%. Obecność i aktywność na zajęciach – 20%.

7. Zalecana literatura

Literatura podstawowa:	<ol style="list-style-type: none"> Birch A., Malim T., Wadeley A. (1995), Wprowadzenie do psychologii. Warszawa: PWN. Butler G., McManus F. (2012), Psychologia. Seria Szerokie Horyzonty. Gdańsk: GWP. Ciccarelli S., K., White J. N. (2015), Psychologia (przekł. A. Bukowski, J. Środa). Poznań: Re-bis.
-------------------------------	--

	<p>4. Gerrig R. J., Zimbardo P. (2006), Psychologia i życie (tłum., J. Radzicki, E. Czerniawska, A. Jaworska, J. Kowalczevska). Wydanie nowe. Warszawa: PWN.</p> <p>5. Karageorghis C. I., Terry P. C. (2014), Psychologia dla sportowców. Zielonka: Inne spacerzy.</p> <p>6. Mietzel G (2014), Wprowadzenie do psychologii. (tłum. J. Arentewicz). Sopot: GWP.</p> <p>7. Pilecka W., Rudkowska G., Wrona L. (red.), (2005), Podstawy psychologii. Podręcznik dla kierunków nauczycielskich. Wydanie II. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej.</p> <p>8. Strelau J., Doliński D. (red.), (2008), Psychologia. Podręcznik akademicki. T.1. Gdańsk: GWP.</p> <p>9. Tomaszewski T. (red.), (1975), Psychologia. Warszawa: PWN.</p>
Literatura uzupełniająca:	<p>1. Cialdini R. B. (2011), Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka. Gdańsk: GWP.</p> <p>2. Goleman D. (1997), Inteligencja emocjonalna. Poznań: Media Rodzina.</p> <p>3. Gracz J., Sankowski T. (2001), Psychologia w rekreacji i turystyce. Poznań: Podręczniki nr 50.</p> <p>4. Łosiak W. (2008), Psychologia stresu. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.</p> <p>5. Łosiak W. (2007), Psychologia emocji. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.</p>
8. Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS)	
Forma aktywności studenta	Obciążenie studenta [h]
Przygotowanie do ćwiczeń	20 h
Praca w bibliotece	10 h
Przygotowanie do egzaminu	10 h
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	40 h
Punkty ECTS za moduł/przedmiot	3
9. Uwagi	

***) Uwaga: w przypadku przedmiotów/modułów trwających więcej niż jeden semestr należy rozpisać semestralnie punkty 3, 4, 5, 6, 8**