

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Kultura Fizyczna Osób Starszych

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Odnowa Biologiczna
Trener Personalny

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Psychologia
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Psychology
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASB10
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty podstawowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	4.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	2

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
2	30	15	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Opanowanie podstawowych pojęć z zakresu psychologii
Cel2 Poznanie zasad psychologicznego funkcjonowania człowieka

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Ogólne przygotowanie, które student powinien posiadać po zdaniu egzaminu dojrzałości

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Posiada wiedzę i zna terminologię z zakresu psychologicznych uwarunkowań funkcjonowania jednostki w wieku średniej i późnej dorosłości w środowisku społecznym, różnic indywidualnych oraz rozwoju ontogenetycznego człowieka. Jest świadomy jedności psychofizycznej człowieka. Rozumie mechanizmy oddziaływania środkami społecznymi na osobowość w trakcie życia człowieka. Jest świadomy wiodącej roli aktywności ruchowej w zachowaniu zdrowia jednostki i społeczeństwa.
- EK2 Wiedza: Dysponuje podstawowym aparatem pojęciowym i wiedzą o funkcjonowaniu systemu poznawczego człowieka oraz emocjonalno-motywacyjnego.
- EK3 Wiedza: Posiada podstawową wiedzę o zagrożeniach i patologiach związanych z okresem starości, a także posługuje się fachową terminologią, niezbędną do pracy z osobami starszymi. Posiada podstawową wiedzę i zna terminologię z zakresu promocji zdrowia oraz kreowania zachowań prozdrowotnych.
- EK4 Wiedza: Potrafi identyfikować problemy osoby starszej wynikające z psychospołecznych uwarunkowań.
- EK5 Wiedza: Potrafi podjąć działania interwencyjne, profilaktyczne i edukacyjne odpowiadające potrzebom osoby starszej. Jest praktycznie przygotowany do działań profesjonalnych w zakresie wybranej specjalności studiów.
- EK6 Kompetencje społeczne: Okazuje szacunek wobec osoby starszej i troskę o jej dobro, będąc z nią w relacjach, ujawnia wrażliwość etyczną, empatię, otwartość, refleksyjność, postawy prospołeczne i odpowiedzialność.
- EK7 Kompetencje społeczne: Potrafi współpracować, współdziałać w grupie oraz kierować grupą spełniając w niej funkcje kierownicze
- EK8 Kompetencje społeczne: Potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy wynikające z pełnienia roli zawodowej. Jest świadomy swoich emocji, potrzeb, postaw. Jest odpowiedzialnie przygotowany do pełnienia roli zawodowej

6 TREŚCI PROGRAMOWE

WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Psychologia jako nauka. Przedmiot, cele i zadania psychologii. Działy psychologii.	2
W2	Zachowanie się człowieka. Zachowanie reaktywne a celowe. Pojęcie sytuacji.	2
W3	Teoria stresu psychologicznego. Radzenie sobie w sytuacji stresowej. Strategie i styl radzenia sobie.	2
W4	Kryzys psychologiczny. Rodzaje kryzysów, sposoby ich przezwyciężania.	2
W5	Teorie emocji. Lęk. Teorie lęku.	2
W6	Potrzeby człowieka i ich klasyfikacja. Motywacja. Koncepcje motywacji.	2
W7	Pojęcie starości. Wymiary doświadczania starości.	2
W8	Postawy. Postawy osób starszych wobec zmian. Teorie przystosowania się do starości. Aktywność osób starszych.	2
W9	Postawy środowiska wobec osób starszych. Stereotypy dotyczące starości.	2
W10	Samooceńca i samowiedza osób starszych, obraz własnego ciała.	2
W11	Osobowość klasyczne teorie (Z. Freud), Teoria osobowości . Eysencka. Pięcioczynnikowy model osobowości.	2
W12	Osobowość rozwijająca się przez całe życie teoria C.G. Junga, Eriksona teoria rozwoju psychospołecznego.	2
W13	Pojęcie temperamentu. Koncepcja temperamentu J.Strelaua.	2



WYKŁAD

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W14	Poczucie własnej skuteczności i poczucie koherencji jako determinanty podejmowania zachowań zdrowotnych.	2
W15	Grupa społeczna. Podejmowanie decyzji w grupie. Przywództwo grupowe. Style kierowania grupa.	2
	RAZEM	30

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Procesy poznawcze. Wrażenia zmysłowe. Spostrzeganie. Wyobrażenia.	2
Ć2	Uwaga i Pamięć.	2
Ć3	Myślenie i inteligencja. Inteligencja a mądrość życiowa.	2
Ć4	Proces uczenia się. Warunkowanie klasyczne i instrumentalne. Uczenie się ruchu. Nawyki ruchowe.	2
Ć5	Czynniki rozwoju ontogenetycznego. Stadia rozwoju człowieka. Charakterystyka wieku średniego.	2
Ć6	Psychologiczne i biologiczne aspekty starzenia się.	3
Ć7	Samoświadomość osoby pracującej z ludźmi starymi.	2
	RAZEM	15

7 METODY DYDAKTYCZNE

- M1 Dyskusja
- M2 Wykłady
- M3 Praca w grupach
- M4 Konsultacje
- M5 Prezentacje multimedialne
- M6 E-learning



8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	35
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	20
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	100
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	4

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Aktywność na zajęciach
F2	Kolokwium

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Egzamin pisemny
----	-----------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Uzyskanie zaliczenia z ćwiczeń oraz pozytywnej oceny z egzaminu podsumowującego.
---	--

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Posiada w podstawowym stopniu wiedzę i w niewielkim zakresie zna terminologię z zakresu psychologicznych uwarunkowań funkcjonowania jednostki w wieku średniej i późnej dorosłości w środowisku społecznym. 2.różnic indywidualnych 3.rozwoju ontogenetycznego człowieka Jest świadomy jedności psychofizycznej człowieka i rozumie niektóre mechanizmy oddziaływania środkami społecznymi na osobowość w trakcie życia człowieka.
NA OCENĘ 4	Posiada odpowiedni poziom wiedzy i terminologii z zakresu psychologicznych uwarunkowań funkcjonowania jednostki w wieku średniej i późnej dorosłości w środowisku społecznym i różnic indywidualnych. 3.rozwoju ontogenetycznego człowieka. Jest świadomy jedności psychofizycznej człowieka i rozumie podstawowe mechanizmy oddziaływania środkami społecznymi na osobowość w trakcie życia człowieka. Jest świadomy wiodącej roli aktywności ruchowej w zachowaniu zdrowia jednostki i społeczeństwa.
NA OCENĘ 5	Posiada szczegółową wiedzę i zna terminologię z zakresu psychologicznych uwarunkowań: funkcjonowania jednostki w wieku średniej i późnej dorosłości w środowisku społecznym oraz różnic indywidualnych. 3.rozwoju ontogenetycznego człowieka. Jest świadomy jedności psychofizycznej człowieka i rozumie mechanizmy oddziaływania środkami społecznymi na osobowość w trakcie życia człowieka. Jest świadomy wiodącej roli aktywności ruchowej w zachowaniu zdrowia jednostki i społeczeństwa.

EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Dysponuje w niewielkim zakresie aparatem pojęciowym i podstawową wiedzą o funkcjonowaniu systemu poznawczego człowieka oraz emocjonalno-motywacyjnego.
NA OCENĘ 4	Dysponuje aparatem pojęciowym i wiedzą o funkcjonowaniu systemu poznawczego człowieka oraz emocjonalno-motywacyjnego, pozwalającym na dobre zrozumienie zjawisk z tego obszaru.
NA OCENĘ 5	Dysponuje aparatem pojęciowym i wiedzą o funkcjonowaniu systemu poznawczego człowieka oraz emocjonalno-motywacyjnego, pozwalającym na bardzo dobre zrozumienie zjawisk z tego obszaru.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Posiada podstawową wiedzę o zagrożeniach i patologiach związanych z okresem starości, a także zna podstawową terminologię, pozwalającą na pracę z osobami starszymi.
NA OCENĘ 4	Posiada podstawową wiedzę o zagrożeniach i patologiach związanych z okresem starości i posługuje się fachową terminologią, niezbędną do pracy z osobami starszymi. Posiada podstawową wiedzę i zna terminologię z zakresu promocji zdrowia.
NA OCENĘ 5	Posiada podstawową wiedzę o zagrożeniach i patologiach związanych z okresem starości, a także posługuje się fachową terminologią, niezbędną do pracy z osobami starszymi. Posiada podstawową wiedzę i zna terminologię z zakresu promocji zdrowia oraz kreowania zachowań prozdrowotnych.
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3	Potrafi identyfikować niektóre problemy osoby starszej wynikające z psychospołecznych uwarunkowań.
NA OCENĘ 4	Potrafi identyfikować problemy osoby starszej wynikające z psychospołecznych uwarunkowań.
NA OCENĘ 5	Potrafi identyfikować problemy osoby starszej wynikające z psychospołecznych uwarunkowań. Potrafi korzystać z wybranych technik psychologicznych w celu pozyskiwania informacji oraz wykorzystywania ich w pracy z osobą starszą.
EFEKT KSZTAŁCENIA 5	
NA OCENĘ 3	Potrafi podjąć podstawowe działania interwencyjne, profilaktyczne i edukacyjne odpowiadające potrzebom osoby starszej.
NA OCENĘ 4	Potrafi podjąć podstawowe działania interwencyjne, profilaktyczne i edukacyjne odpowiadające potrzebom osoby starszej. Jest praktycznie przygotowany do działań profesjonalnych w zakresie wybranej specjalności studiów.
NA OCENĘ 5	Potrafi podjąć różnorodne działania interwencyjne, profilaktyczne i edukacyjne odpowiadające potrzebom osoby starszej. Jest praktycznie przygotowany do działań profesjonalnych w zakresie wybranej specjalności studiów.
EFEKT KSZTAŁCENIA 6	
NA OCENĘ 3	Okazuje szacunek wobec osoby starszej i troskę o jej dobro.
NA OCENĘ 4	Okazuje szacunek wobec osoby starszej i troskę o jej dobro, będąc z nią w relacjach, ujawnia empatię, otwartość i postawy prospołeczne.
NA OCENĘ 5	Okazuje szacunek wobec osoby starszej i troskę o jej dobro, będąc z nią w relacjach, ujawnia wrażliwość etyczną, empatię, otwartość, refleksyjność, postawy prospołeczne i odpowiedzialność.
EFEKT KSZTAŁCENIA 7	
NA OCENĘ 3	Potrafi współpracować, współdziałać w grupie.
NA OCENĘ 4	Potrafi współpracować, współdziałać w grupie oraz w podstawowym zakresie kierować grupą.
NA OCENĘ 5	Potrafi współpracować, współdziałać w grupie oraz kierować grupą spełniając w niej funkcje kierownicze.
EFEKT KSZTAŁCENIA 8	
NA OCENĘ 3	Potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy wynikające z pełnienia roli zawodowej.
NA OCENĘ 4	Potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy wynikające z pełnienia roli zawodowej. Jest świadomy swoich emocji, potrzeb, postaw.



NA OCENĘ 5	Potrafi rozwiązywać najczęstsze problemy wynikające z pełnienia roli zawodowej. Jest świadomy swoich emocji, potrzeb, postaw. Jest odpowiedzialnie przygotowany do pełnienia roli zawodowej.
------------	--

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W20	Cel1 Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 W8 W9 W10 W11 W12 W13 W14 W15 Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7		F2 F1 P1
EK2	K_W20	Cel1 Cel2	Ć1 Ć2		F2 F1 P1
EK3	K_W08 K_W20	Cel1 Cel2	W7 W8 W9 W10 Ć6		F2 F1 P1
EK4	K_U08 K_U09	Cel2	W7 W8 W9 W10 Ć6 Ć7		F1
EK5	K_U06 K_U07 K_U08	Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 W8 W9 W10 W11 W12 W13 W14 W15 Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7		F1
EK6	K_K02	Cel1 Cel2	Ć7		F1
EK7	K_K03	Cel1 Cel2	Ć7		F1
EK8	K_K05	Cel1 Cel2	Ć7		F1

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Doliński, D. i Strelau, J. (red.) — *Psychologia akademicka. Podręcznik. Tom I i II.*, Sopot, 2014, GWP
- 2 A. Marchewka, Z. Dąbrowski, J. A. Żołądź (red.) — *Fizjologia starzenia się. Profilaktyka i rehabilitacja.*, Warszawa, 2012, Wydawnictwo Naukowe PWN
- 3 B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.) — *Psychologia rozwoju człowieka. T. 2.*, Warszawa, 2014, Wydawnictwo Naukowe PWN

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Nowicka, A. (red.) — *Wybrane problemy osób starszych*, Kraków, 2010, Impuls

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr hab. prof. nadzw. Jan Blecharz (kontakt: jan.blecharz@awf.krakow.pl)



OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Marlena Banasik (kontakt: marlena.banasik@awf.krakow.pl)

dr hab. prof. nadzw. Jan Blecharz (kontakt: jan.blecharz@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(kierownik)

(dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....

.....