

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		Nazwa przedmiotu	Podstawy psychologii	
114/P/1/ST/B128			Basics of Psychology	
Język wykładowy		j. polski		
Rok akademicki		2026/2027		
Kierunek		Wychowanie fizyczne		
w zakresie		Nauk o Kulturze Fizycznej		
Poziom studiów		Studia I stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		stacjonarne		
Semestr / semestry		I		
Przynależność do grupy zajęć		B1 Grupa zajęć kierunkowych – obowiązkowych Przygotowanie do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego		
Status przedmiotu		Obowiązkowy		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS
		Wykład	30 [h]	2 ECTS
		Zajęcia praktyczne	[h]	
		Praca bez nauczyciela	[h]	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)		ECTS
	z uprawnieniami	Służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego.		2 ECTS
	z dyscypliną	Nauki o Kulturze Fizycznej		2 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni		
Wymagania wstępne		brak		
Jednostka prowadząca		Wydział Filologiczno-Pedagogiczny		
Koordynator		dr Iwona Ulfik-Jaworska		
Adres strony internetowej pjo		www.wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		i.ulfik-jaworska@urad.edu.pl		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Cel kształcenia:	Zapoznanie studentów z podstawowymi pojęciami z zakresu psychologii oraz przedstawienie wiedzy o funkcjonowaniu człowieka w ramach wybranych koncepcji psychologicznych. Pogłębienie wiedzy na temat procesów uczenia się i jego uwarunkowań, trudności w uczeniu się oraz w wspomagania rozwoju uzdolnień i zainteresowań uczniów. Zapoznanie studentów z przebiegiem procesu rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania w różnych obszarach funkcjonowania człowieka. Przedstawienie podstawowej wiedzy na temat wybranych zaburzeń rozwoju dzieci i młodzieży, zaburzeń eksternalizacyjnych i emocjonalnych. Pogłębienie wiedzy i umiejętności w obszarze psychologii komunikacji oraz radzenia sobie ze stresem. Poszerzenie świadomości na temat roli nauczyciela w rozwoju dzieci i młodzieży. Kształtowanie podstawowych umiejętności niezbędnych do efektywnego procesu nauczania i realizacji zadań wychowawczych. Zwiększenie gotowości do aktywnego rozwijania swojej wiedzy psychologicznej oraz świadomego jej wykorzystywania w codziennej pracy nauczyciela.
Treści programowe:	Wykłady 1. Przedmiot i dyscypliny psychologii. Metody badawcze stosowane w psychologii. Koncepcje psychologiczne człowieka. Behawioryzm, podejście psychodynamiczne, humanistyczne, poznawcze. 2. Procesy poznawcze: percepcja, uwaga, pamięć. Uczenie się – koncepcje klasyczne i współczesne w oparciu o badania neuropsychologiczne. Metody i techniki uczenia się. Wspomaganie rozwoju uzdolnień i zainteresowań. 2h 3. Psychologia rozwojowa. Podstawowe modele, czynniki i teorie rozwoju człowieka. Okresy rozwoju człowieka i prawidłowości w poszczególnych etapach życia człowieka. 2h 4. Emocje (charakterystyka i klasyfikacja emocji, funkcje emocji). Inteligencja emocjonalna 2h 5. Procesy motywacyjne. Poziom motywacji a efektywność działania (prawa Yerkesa-Dodsona). Teoria autodeterminacji Deciiego i Ryan’a. Rola nauczyciela w procesie motywowania ucznia. 2h 6. Komunikacja interpersonalna werbalna i niewerbalna. Błędy i bariery w komunikacji. Aktywne słuchanie. Skuteczna komunikacja w procesie wychowania i edukacji. Porozumienie bez przemocy (NVC). Rozwiązywanie konfliktów. 2h 7. Psychologia różnic indywidualnych – różnice w zakresie inteligencji, temperamentu i stylu poznawczego. 2h 8. Całościowe zaburzenia rozwoju. Niepełnosprawność intelektualna. Dysleksja rozwojowa 2h 9. Zaburzenia emocjonalne: zaburzenia lękowe, depresja, zespół stresu pourazowego. 2h 10. Zespół nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD), zaburzenia zachowania. 2h 11. Grupa społeczna, struktura i procesy grupowe. Metody pracy z grupą. Postrzeganie społeczne 2h 12. Zachowania agresywne, uległe i asertywne. Uprzedzenia i stereotypy. Mobbing w szkole. 2h 13. Postawy społeczne. Kształtowanie postaw prospołecznych. 2h 14. Media elektroniczne i ich wpływ wychowawczy. 2 h

	15. Stres i radzenie sobie ze stresem. Techniki regulowania napięcia w pracy nauczyciela. 2h
Metody dydaktyczne (kształcenia):	Wykład konwersatoryjny z prezentacją multimedialną.
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych efektów uczenia się określonych dla przedmiotu, które będą zweryfikowane poprzez test pisemny zawierający zarówno pytania jednokrotnego wyboru, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, i zamknięte. Warunkiem uzyskania oceny pozytywnej z testu jest osiągnięcie minimum 51% poprawnych odpowiedzi. Przyjmuje się następujące kryteria oceniania testu: 100- 91% - bardzo dobry 90 - 81% - dobry plus 80 – 71% - dobry 70 – 61% - dostateczny plus 60 – 51% - dostateczny < 50 % - niedostateczny

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Zna i rozumie podstawowe pojęcia i koncepcje psychologiczne. Posiada uporządkowaną wiedzę psychologiczną niezbędną do rozumienia psychospołecznego funkcjonowania ucznia i nauczyciela w środowisku szkolnym.	K_NauW02 B.1.W1 B.1.W2 B.1.W4	Wykład	Egzamin	Test pisemny (pytania jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, zamknięte)
W2	Zna i rozumie klasyczne oraz współczesne teorie rozwoju człowieka, wychowania, uczenia się i nauczania Potrafi wyjaśniać działanie czynników emocjonalnych, motywacyjnych, osobowościowych oraz społecznych (rodzina, szkoła, rówieśnicy, media elektroniczne) na zachowanie dzieci i młodzieży.	K_NauW02 K_NauW03 B.1.W1 B.1.W3 B.1.W4	Wykład	Egzamin	Test pisemny (pytania jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, zamknięte)
W3	Posiada wiedzę z zakresu dysharmonii i zaburzeń rozwoju oraz wybranych zaburzeń zachowania, zaburzeń emocjonalnych u dzieci i młodzieży.	B.1.W2 B.1.W4	Wykład	Egzamin	Test pisemny (pytania jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, zamknięte)

W4	Posiada wiedzę z zakresu postrzegania społecznego, kształtowania postaw i zachowań prospołecznych uczniów oraz komunikacji interpersonalnej. Rozumie znaczenie rozwijania kompetencji społeczno-emocjonalnych oraz kompetencji komunikacyjnych wśród uczniów.	K_NauW03 K_NauW12 B.1.W3 B.1.W4 D.1/E.1.W13	Wykład	Egzamin	Test pisemny (pytania jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, zamknięte)
U1	Potrafi w sposób precyzyjny i skuteczny komunikować się z innymi. Potrafi porozumieć się w sytuacji konfliktowej.	B1.U4 B1.U3	Wykład	Egzamin	Test pisemny (pytania jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, zamknięte)
U2	Potrafi samodzielnie rozwijać swoją wiedzę psychologiczno-pedagogiczną z wykorzystaniem różnych źródeł.	K_NauU18	Wykład	Egzamin	Test pisemny (pytania jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, zamknięte)
K1	Jest gotowy do uznania potrzeby posiadania wiedzy i umiejętności w zakresie rozwiązywania problemów wychowawczych oraz wykonywania zadań nauczyciela - wychowawcy z uwzględnieniem ich skutków, również długofalowych.	K_KK01	Wykład	Egzamin	Test pisemny (pytania jednokrotnego, wielokrotnego wyboru, pytania otwarte, zamknięte)

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe	
Literatura podstawowa: - King, G. (2003). <i>Umiejętności terapeutyczne nauczyciela</i>, GWP. - Pilecka W., Rudkowska R., Wrona L. (2004). <i>Podstawy psychologii</i>. Podręcznik dla studentów kierunków nauczycielskich, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków. - Rogowsky, B., Sejnowski, T.J., Oakley, B. (2023). <i>Naucz się nauczania. Praktyczne wykorzystanie osiągnięć neurobiologii</i>, Wydawnictwo Sensus, Gliwice. - Liberska, H. (2020). <i>Podstawowe teorie i koncepcje psychologii wychowania i uczenia się</i>. W: Liberska, H., Trempała J. (red.). <i>Psychologia wychowania. Wybrane problemy</i>. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA (s. 57-84). - Liberska, H., Suwalska-Barancewicz, D. (2020). <i>Środowiska rozwoju i wychowania: od dzieciństwa do dorosłości</i>. W: Liberska, H., Trempała J. (red.). <i>Psychologia wychowania. Wybrane problemy</i>. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA (s. 253-280). - Grzegorzewska, I., Cierpiąłkowska, L. (2020). <i>Praca psychologów wychowawczych z dziećmi i młodzieżą z destrukcyjnymi zaburzeniami zachowania</i>. W: Liberska, H., Trempała J. (red.). <i>Psychologia wychowania. Wybrane problemy</i>. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA (s. 367-390). - Harwas-Napierała B., Trempała J. (2020) (red.), <i>Psychologia rozwoju człowieka</i>, t. 1–3, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa. - Ledzińska, M., Czerwińska, E. (2011). <i>Psychologia nauczania. Ujęcie poznawcze</i>. Warszawa Wydawnictwo Naukowe. PWN. <i>Psychologia ucznia i nauczyciela</i> (2011) red. nauk. Stanisław Kowalik. Warszawa : Wydaw. Naukowe PWN.	

10. Spitzer, M. (2013). Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci. Słupsk: Wydawnictwo Dobra Literatura
11. Rosenberg, M. (2025). Porozumienie bez przemocy. Warszawa: Wydawnictwo Czarna Owca
12. Banaszczyk, I., Chromik-Kovacs, J., Zdrojewska J. (2024). Jak pracować z dzieckiem z ADHD w domu i szkole Poradnik dla rodziców i nauczycieli. Gdańsk: Wydawnictwo Harmonia
13. Faber A., Mazlish E. (2023). Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły. Poznań: Media Rodzina
14. Gordon, T. (2016). Wychowanie bez porażek w praktyce. Warszawa, Instytut Wydawniczy PAX

Literatura uzupełniająca:

1. Kozielecki J., *Koncepcje psychologiczne człowieka*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, 2000.
2. Mietzel G. *Wprowadzenie do psychologii. Zagadnienia podstawowe*. Gdańsk. GWP, 2003.
3. Mika S. *Psychologia społeczna dla nauczycieli*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, 1998.
4. Rathus S.A., *Psychologia współczesna*, GWP, 2006.
5. Reykowski J. *Procesy emocjonalne. Motywacja. Osobowość*. Warszawa. PWN, 1992.
6. Sternberg R. *Wprowadzenie do psychologii*. Warszawa. WSiP, 1999.
7. Wadeley A., Birch A., Malim T., *Wprowadzenie do psychologii*. Warszawa. PWN, 2006.
8. Zimbardo P. G. *Psychologia i życie*. Warszawa. PWN, 2002.
9. Zimbardo P.G., Johnson R.L., McCann V., *Psychologia. Kluczowe koncepcje*, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2010.
10. Jagieła, J. (2023). *Psychopedagogika relacji. Analiza transakcyjna dla nauczycieli i wychowawców*. Difin

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów		
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]	
	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... wykładach	X	30 [h]
Udział w zajęciach praktycznych	X	[h]
Udział w konsultacjach	4 [h]	X
Przygotowanie do zajęć, Przygotowanie do zaliczenia	16 [h]	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	20 [h]/0,80 ECTS	30 [h]/1,2 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	2 ECTS	

Informacje dodatkowe, uwagi
W przypadku studentów ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych, określone powyżej (w karcie) metody i formy weryfikacji efektów uczenia się dostosowuje się odpowiednio do indywidualnych potrzeb tych studentów. Szczegółowe zasady i formy wsparcia studentów ze szczególnymi potrzebami: w tym z niepełnosprawnością, przewlekle chorych podczas zajęć, zaliczeń i egzaminów określono w: Regulaminie Studiów, Zasadach Studiowania, Procedurze dotyczącej zapewnienia dostępności procesu kształcenia studentom ze szczególnymi potrzebami, w tym: z niepełnosprawnością, przewlekle chorych.