

PSYCHOLOGIA SPORTU

OPIEKUN: DR HAB. FRANCISZEK MAKURAT PROFESOR NADZWYCZAJNY

WPROWADZENIE

Zagadnienia realizowane w ramach ścieżki programowej Psychologia Sportu zakwalifikowano do trzech modułów tematycznych:

Psychologia współzawodnictwa sportowego
Psychologia wychowania fizycznego
Psychologia rekreacji i turystyki

Na trzecim roku jako przedmiot wprowadzający do ścieżki specjalizacyjnej – Wprowadzenie do psychologii sportu Absolwent ścieżki *Psychologii Sportu* posiada wiedzę oraz umiejętności praktyczne z zakresu psychologicznych aspektów kultury fizycznej, a w szczególności aktywności fizycznej i sportowej (poszerzonego o sport dzieci i młodzieży, jako szczególny wymiar aktywności sportowej w okresie rozwojowym, jak również sport osób starszych) i związanych z nią procesów biologicznych, coachingu sportowego – treningu psychologicznego wspierającego trening sportowy i sportowca, (motywowanie, kontrola pobudzenia i radzenie sobie ze stresem, mentalne aspekty treningu sportowego) i realnymi problemami psychologicznymi, jakie ta działalność powoduje. Posiada również kompetencje w zakresie trenerskich umiejętności pracy ze sportowcem, rozwiniętą o psychologię rekreacji.

Realizacja tej ścieżki ma na celu przygotowanie studentów do pracy w roli psychologów ze sportowcami zarówno dyscyplin indywidualnych jak też zespołowych, w tym dziećmi i młodzieżą aktywnie uprawiającą sport, pozwala na merytoryczne wsparcie pracy trenerów z zawodnikami w czasie treningu i zawodów sportowych, a także do praktyki psychologicznej mającej na celu rozwój osobisty i pomnażanie zasobów osobistych.

Przyszłym miejscem pracy absolwenta ścieżki Psychologia Sportu są kluby sportowe, placówki oświatowe prowadzące działalność sportową takie jak szkoły sportowe, klasy sportowe, ale również ośrodki rehabilitacyjne, sanatoria, firmy świadczące usługi w zakresie wypoczynku i spędzania wolnego czasu przez pracowników firm.

Moduły – efekty kształcenia

1. Psychologia współzawodnictwa sportowego

Realizacja tego modułu ma dostarczyć studentom pogłębionej wiedzy nt. psychologicznych uwarunkowań w sporcie. Rozumienia zjawiska współzawodnictwa sportowego i świadomości umieszczenia go w szeroko pojętej kulturze fizycznej. Uczestnictwo w module ma pozwolić nabyć studentowi umiejętności pracy z zawodnikami amatorskich i wyczynowych sportów indywidualnych, jak też z grupą sportową dyscyplin zespołowych- również międzynarodowych. Kompetencje w zakresie psychologa sportu pozwolą również na wsparcie pracy trenerskiej, jak też pomoc w projektowaniu optymalnego treningu sportowego. Wiedza z zakresu psychologii współzawodnictwa sportowego ma praktyczne zastosowanie zarówno we wsparciu prawidłowego rozwoju zawodnika, ale też w rekreacji czy rehabilitacji.

Moduł 1 obejmuje następujące przedmioty:

1. Psychologia agresji
2. Psychologiczne aspekty aktywności fizycznej w różnych okresach rozwojowych
3. Psychologiczne aspekty aktywności sportowej
4. Trening mentalny w sporcie
5. Monitoring w sporcie
6. Psychofizyczne uwarunkowania sukcesu sportowego
7. Podstawy treningu sportowego i współpracy psychologa z trenerem
8. Wybrane techniki relaksacyjne
9. Cultural Adaptation Training

PSYCHOLOGIA SPORTU

SEMESTR ZIMOWY

Lp.	Prowadzący	Nazwa przedmiotu	Tryb studiów	Liczba godzin / ECTS
1.	dr Dagmara Budnik-Przybylska	B - Psychofizyczne uwarunkowania sukcesu sportowego	stacjonarny	30/4
2.	dr Jacek Przybylski	C - Podstawy treningu sportowego i współpracy psychologa z trenerem	stacjonarny	30/4
3.	dr Jacek Przybylski	C - Wybrane techniki relaksacyjne	stacjonarny	30/4
4.	dr Dagmara Budnik - Przybylska	C - Psychologia agresji	stacjonarny	30/4
5.	mgr Piotr Dąbrowski	C - Psychologiczne aspekty aktywności sportowej	stacjonarny	15/2
6.	mgr Anna Ussorowska	C- Rola psychologa sportu w sportach zespołowych	niestacjonarny-zaoczny	18/4

SEMESTR LETNI

1.	prof. dr hab. Mariola Bidzan	B - Psychologia zdrowia	stacjonarny niestacjonarny-zaoczny	30/4 18/4
2.	dr Zdzisław Nieckarz	B - Psychologia motywacji	stacjonarny	30/4
3.	dr Natasza Kosakowska-Berezecka, dr hab. Tomasz Besta	B - Psychology of acculturation	stacjonarny niestacjonarny-zaoczny	30/6 18/6
4.	dr Dagmara Budnik-Przybylska dr Jacek Przybylski	C - Monitoring w sporcie	stacjonarny	15/2
5.	dr Natasza Kosakowska-Berezecka dr Paulina Pawlicka	C - Cultural adaptation training – effective work in multicultural settings	stacjonarny niestacjonarny-zaoczny	15/3 9/3
6.	dr Dagmara Budnik-Przybylska	C - Elementy doradztwa zawodowego	stacjonarny	30/6
7.	dr Dagmara Budnik-	C - Trening mentalny	stacjonarny	30/6

	Przybylska		niestacjonarny-zaoczny	18/6
8.	dr Jacek Przybylski	C - Psychologia stresu	stacjonarny niestacjonarny-zaoczny	15/2 9/2

2018/2019

Sylabusy dostępne w portalu studenta!

<https://ps.ug.edu.pl:8443/odostWyszSylabusow.web>