

Nazwa Wydziału	Wydział Wychowania Fizycznego Akademijskie Centrum Kształcenia		
Nazwa jednostki prowadzącej moduł	Katedra Humanistycznych Podstaw Kultury Fizycznej		
Nazwa modułu kształcenia	Metody wyobrazeniowe w sporcie		
Forma studiów	Studia podyplomowe		
Rok studiów			
Semestr	II		
Efekty uczenia dla modułu kształcenia	Przedstaw w postaci symboli	Dla kierunku studiów	Dla obszaru kształcenia
	Wiedza	K_W13	
	Umiejętności	K_U07	
	Kompetencje społeczne	K_K02 K_K04	
Efekty uczenia dla modułu kształcenia	<p>Wiedza W1 Student definiuje pojęcia: trening wizualizacji oraz trening wyobrazeniowy i rozpoznaje różnice pomiędzy tymi metodami W1 Student określa możliwości wykorzystania metod wyobrazeniowych w sporcie. W3 Student wymienia zasady techniki, zasady oraz cele tworzenia treningu wyobrazeniowego.</p> <p>Umiejętności U1 Student potrafi stworzyć oraz przeprowadzić celowy trening wyobrazeniowy.</p> <p>Kompetencje społeczne K1 Student jest przekonany o sensie, wartości i potrzebie podejmowania działań, odpowiedzialnie przygotowuje się do swojej pracy, projektuje i wykonuje zadania wynikające z roli Trenera. K2 Student jest aktywny na zajęciach i jest przekonany o konieczności nieustannego podnoszenia poziomu zdobytej wiedzy i nabytych umiejętności.</p>		
Treści modułu kształcenia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wizualizacja a trening wyobrazeniowy. Różnice pomiędzy metodami. 2. Zastosowanie wizualizacji i treningu wyobrazeniowego w sporcie. 3. Wykorzystanie technik wyobrazeniowych w treningu sportowym oraz pracy własnej trenera i zawodnika. 4. Tworzenie wizualizacji oraz treningu wyobrazeniowego. Zasady i cele. 		
Stosowane metody dydaktyczne	Wykład informacyjny, dyskusja, ćwiczenia praktyczne, praca w zespołach.		
Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów kształcenia uzyskanych przez studentów	Warunkiem uzyskania zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach, poprawne wykonanie praktycznych zadań podczas zajęć oraz ćwiczenia zaliczeniowego.		

Forma i warunki zaliczenia modułu, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu, zaliczenia, a także forma i warunki zaliczenia poszczególnych zajęć wchodzących w zakres danego modułu	Pracę ocenia się na ocenę: Ocena bdb – Student potrafi bardzo dobrze przygotować i przeprowadzić trening wyobrażeniowy. Wykazał się dużym zaangażowaniem w czasie zajęć, bardzo dobrym wykonaniem praktycznych zadań. Ocena db - Student potrafi dobrze przygotować i przeprowadzić trening wyobrażeniowy. Prawidłowo wykonuje powierzone zadania. Wykazał się średnim zaangażowaniem w czasie zajęć. Ocena dst - Student ma problem z prawidłowym przygotowaniem i poprowadzeniem treningu wyobrażeniowego. Popelnia błędy podczas realizacji zadań praktycznych. W czasie zajęć wykazał się dostatecznym zaangażowaniem. Ocena ndst - Student posiada niewystarczającą wiedzę, aby prawidłowo przygotować i przeprowadzić trening wyobrażeniowy. W czasie zajęć był bierny i nie wyrażał zaangażowania podczas ćwiczeń praktycznych.
Sposób realizacji	Bezpośredni udział nauczyciela akademickiego i studentów
Język kształcenia	j. polski
Typ modułu kształcenia (obowiązkowy/fakultatywny)	obowiązkowy
Wymagania wstępne i dodatkowe	brak
Rodzaj i liczba godzin zajęć dydaktycznych wymagających bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i studentów, gdy w danym module przewidziane są takie zajęcia	Godziny zajęć dydaktycznych: 9 (2 wykłady, 7 ćwiczenia)
Liczba punktów ECTS przypisana modułowi	1
Bilans punktów ECTS	Udział w zajęciach: 9 Przygotowanie do zajęć: 5 Studiowanie literatury: 6 Przygotowanie do zaliczenia: 6 Łącznie: 26
Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia danego modułu	Literatura podstawowa: 1. Karageorghis Costas I., Terry P. (2014), Psychologia dla sportowców, Inne spacer 2. Paul- Cavallier F. (2009), Wizualizacja, Rebis . Literatura uzupełniająca: 1. Wódka K. (2007), Zastosowanie treningu wyobrażeniowego w sporcie. Wizualizacje wspomagające nauczanie elementów technicznych. Medycyna Sportowa, 23, 285-288. 2. Morris T., Summers J. (1998) Psychologia sportu. Strategie i techniki., Centralny Ośrodek Sportu
Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk, w przypadku, gdy program kształcenia przewiduje praktyki	Nie dotyczy

Ocena efektów uczenia

Efekty uczenia	Zadanie zaliczeniowe	Aktywny udział w zajęciach	Ćwiczenia praktyczne w czasie zajęć	Obserwacje
W01	X	X	x	
W02	X	X	x	
W03	X	X	x	
U01	X	X	x	
K01				x
K02		x	x	x