

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0915.7.FIZJ4.A6.C-NROiZ	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Coaching - narzędzie rozwoju osobistego i zawodowego <i>Coaching – personal and professional development tool</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Fizjoterapia
1.2. Forma studiów	Stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Jednolite magisterskie
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	mgr Elżbieta Kurkowska
1.6. Kontakt	ekurkowska@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	brak

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Ćwiczenia kształtujące umiejętności praktyczne(CP)	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia w pomieszczeniach UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	metody aktywizujące – integracyjne, twórczego rozwiązywania problemów, diagnostyczne, hierarchizacji, rozwijające twórcze myślenie, planowania, ewaluacyjne	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	Wilczyńska M., Nowak M., Kučka J., Sawicka J., Sztajerwald K. <i>Moc Coachingu. Poznaj narzędzia rozwijające umiejętności i kompetencje osobiste. Wydanie II rozszerzone</i> , Wydawnictwo HELION, Gliwice 2013.
	uzupełniająca	Rogers J. <i>Coaching. Podstawy umiejętności</i> , Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2010.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Ćwiczenia(CP): C1. Zaznajomienie studenta z podstawowymi zagadnieniami na temat idei coachingu, ukazanie różnych możliwości zastosowania procesów coachingowych w kontekście planowania życia zawodowego i osobistego, uświadomienie przydatności pracy z coachem oraz autocoachingu. C2. Przygotowanie studenta do korzystania z narzędzi coachingowych, pogłębiających świadomość na temat źródeł własnej efektywności, stymulujących wydobywanie pełnego potencjału, pokonujących ograniczające przekonania i motywujących do działania.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Ćwiczenia(CP): 1. Uświadamianie studentowi znaczenie coachingu - współczesne nurty, specyfika w stosunku do innych form wspierających rozwój edukacyjno-zawodowy, przydatność w dostosowaniu ścieżki kariery do osobistych zasobów. 2. Formy wspomagania rozwoju osobistego: coaching, doradztwo, mentoring, szkolenia, psychoterapia, Pogłębiona charakterystyka, przeznaczenie, podobieństwa i różnice. Metodyka tych form. 3. WYROBIEŃCIE umiejętności identyfikowania i wykorzystania przez studenta posiadanych zasobów (wartości, zainteresowań, umiejętności); odkrywanie potrzeb rozwojowych (zmian w zakresie wiedzy, umiejętności i postaw); definiowanie kierunku pracy nad rozwojem (generowanie rozwiązań, poszerzanie perspektywy); konstruowanie planu działania (wyznaczanie celów krótko- i długoterminowych, przekraczanie ograniczeń).

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Symbole kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY zna i rozumie:		
W01	-	-
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI potrafi:		
U01	organizować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną, promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności;	FIZJ_B.U4. FIZJ_OU9
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH jest gotów do:		
K01	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych;	FIZJ_OK5

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																						
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*				
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć				
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	P	...	W	C	P	...	W	C	...	W	C	...
U01												x				x							
K01												x				x							

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (CP)*	3	Czynny udział w ćwiczeniach w ponad 60%.
	3,5	Czynny udział w ćwiczeniach w ponad 60%, wykonanie zadań w 20% – praca własna.
	4	Czynny udział w ćwiczeniach w ponad 80%, wykonanie zadań w 40% – praca własna.
	4,5	Czynny udział w ćwiczeniach w ponad 80%, wykonanie zadań w 60% – praca własna.
	5	Czynny udział w ćwiczeniach w 100%, wykonanie zadań w 80% – praca własna.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	25	25
Udział w ćwiczeniach(CP)	25	25
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	25
Przygotowanie do ćwiczeń(CP)	25	25
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....