

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.A5.PKI	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Podstawy komunikacji interpersonalnej <i>Basics of interpersonal communication</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	studia I stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	mgr Marzena Reliszka
1.6. Kontakt	marzena.reliszka@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski
2.2. Wymagania wstępne*	podstawowe wiadomości o procesie komunikowania

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK z wykorzystaniem środków audiowizualnych	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	ćwiczenia – wykład informacyjny, objaśnienie ćwiczenia przedmiotowe, metoda przewodniego tekstu, warsztaty dydaktyczne	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	- Littauer FM. Układanka osobowości, Warszawa 1999. - Cialdini R. Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2000. - Pease A, Pease B. Mowa ciała. Dom Wydawniczy Rebis. Poznań 2019. - Alberti R, Emmons M. Asertywność. Sięgaj po to, czego chcesz. Nie raniąc innych. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2021. - Floyd K. Interpersonal Communication. McGraw-Hill Education. New York 2024. - Bondarowska K, Ziomek J. Komunikacja interpersonalna i biznesowa. Wybrane zagadnienia. Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej. Poznań 2023.
	uzupełniająca	- Ford M. Jak rozmawiać z pacjentem. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2001. - West R, Turner LH. Interpersonal Communication. SAGE Publications. Thousand Oaks, CA, USA 2022 - Cyrklaff-Gorczyca M. Komunikacja interpersonalna i psychologiczne aspekty pracy z ludźmi. Wydawnictwo Naukowe i Edukacyjne SBP. Warszawa 2023.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
Ćwiczenia: C1- zapoznanie oraz przygotowanie studentów do podjęcia aktywnego i świadomego udziału w procesie komunikacji interpersonalnej (w wymiarze językowym i pozajęzykowym) C2 - kształtowanie umiejętności odpowiedniego organizowania zachowań językowych: budowanie kompetencji komunikacyjnej C3 - postrzeganie komunikacji jako czynnika tworzącego rzeczywistość społeczną, środka osiągnięcia założonych celów i kreowania pozytywnych związków z ludźmi

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Ćwiczenia:

1. Przedstawienie karty przedmiotu i omówienie zasad zaliczenia. Typy osobowości a komunikowanie się.
2. Sztuka przekonującego mówienia i przemawiania. Perswazja.
3. Asertywność. Wyrażanie i obrona własnego zdania.
4. Metody konstruktywnego rozwiązywania konfliktów. Negocjacje. Techniki negocjacyjne.
5. Komunikacja niewerbalna. Umiejętność słuchania

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY :		
W01	ma wiedzę o technikach radzenia sobie z trudnymi sytuacjami interpersonalnymi, jakie mogą pojawić się w trakcie warsztatów analitycznych	WF1P_W21
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI :		
U01	posiada podstawową umiejętność rozumienia procesów społecznych przez wskazanie fundamentów etycznych istnienia społeczności	WF1P_U20
U02	potrafi poradzić sobie w sposób podstawowy w typowych, trudnych sytuacjach pracy	WF1P_U19
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH :		
K01	potrafi skutecznie i taktownie komunikować się z klientami, współpracownikami	WF1P_K03

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe e (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny [±]			Kolokwium [±]			Projekt [±]			Aktywność na zajęciach*			Praca własna [±]			Praca w grupie [±]			Inne – zaliczenie ustne		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
	W	C	..	W	C	..	W	C	..	W	C	..	W	C	..	W	C	..	W	C	..
W01										x											x
U01										x											x
U02										x											x
K01										x											x

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	61-68% punktów możliwych do uzyskania z zaliczenia
	3,5	69-76% punktów możliwych do uzyskania z zaliczenia
	4	77-84% punktów możliwych do uzyskania z zaliczenia i aktywność na zajęciach
	4,5	85-92% punktów możliwych do uzyskania z zaliczenia i aktywność na zajęciach
	5	93-100% punktów możliwych do uzyskania z zaliczenia i aktywność na zajęciach

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	15	10
Udział w ćwiczeniach*	15	10
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	10	15
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*	10	15
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	25	25
PUNKTY ECTS za przedmiot	1	1

*niepotrzebne usunąć

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

.....