

KARTA PRZEDMIOTU – II ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0114.7.WF2.FI3.KI	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Komunikacja interpersonalna <i>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	drugiego 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*	-

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	wykłady, ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	zajęcia w pomieszczeniach UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	wykłady: wykład konwersatoryjny, analiza przypadków ćwiczenia: metody aktywne, praca w grupach, praca w kręgu, praca z tekstem	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Goman C.K. Komunikacja pozawerbalna. Studio MK. Warszawa 2012. 2. Zimnol A. Komunikacja interpersonalna. Wydawnictwo Poligraf. Wrocław 2017. 3. DeVito J. The interpersonal communication book. Pearson Education Limited. Londyn, UK 2022.
	uzupełniająca	1. Argyle M. Psychologia stosunków międzyludzkich. Wyd. PWN. Warszawa 2002. 2. Barge J. Kevin, Morreale Shewryn P, Spitzberg Brian H. Komunikacja między ludźmi. Wydawnictwo Naukowe PWN. Warszawa 2015. 3. Hargie O. Skilled interpersonal communication research, theory and practice. Taylor&Francis Ltd. Londyn, UK 2021.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
Wykłady: C1. Student zna podstawowe zasady komunikacji interpersonalnej w wymiarze językowym i pozajęzykowym oraz rozumie jej rolę w kształtowaniu relacji społecznych. C2. Student potrafi świadomie uczestniczyć w procesie komunikacji interpersonalnej, stosując odpowiednie środki językowe i pozajęzykowe oraz analizując skutki własnych działań. C3. Student potrafi inicjować i podtrzymywać pozytywne relacje społeczne, wykazując otwartość, empatię i odpowiedzialność w kontaktach interpersonalnych. Ćwiczenia: C1. Pogłębienie przez studenta wiedzy teoretycznej, będącej wynikiem dostarczonych materiałów pomocniczych i proponowanej literatury. C2. Student potrafi praktycznie stosować techniki skutecznej komunikacji interpersonalnej, w tym aktywnie słuchać, wyrażać emocje i uczucia w sposób werbalny i niewerbalny oraz współdziałać w grupie, minimalizując błędy i zniekształcenia w przekazie informacji. C3. Student potrafi efektywnie uczestniczyć w kontaktach interpersonalnych, rozpoznawać i wyrażać własne emocje werbalnie i niewerbalnie, aktywnie słuchać rozmówców oraz stosować zasady poprawnej komunikacji, minimalizując zniekształcenia przekazu w interakcjach grupowych i indywidualnych.

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Wykłady:

1. Typy osobowości a komunikowanie się.
2. Schematy procesu komunikacji. Style komunikowania się. Bariery w komunikacji interpersonalnej.
3. Umiejętność słuchania. Sztuka przekonującego mówienia i przemawiania. Perswazja.
4. Komunikacja niewerbalna.
5. Umiejętność radzenia sobie ze stresem.

Ćwiczenia:

1. Kontakt grupowy, poszukiwanie umiejętności ważnych w kontaktach międzyludzkich.
2. Werbalne i niewerbalne wyrażanie emocji i uczuć.
3. Aktywne słuchanie.
4. Zasady poprawnego komunikowania się – zniekształcenia komunikacji.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia
w zakresie WIEDZY :		
W01	Zna cele, formy i funkcje komunikacji interpersonalnej.	WF2P_W19 NAU2_W06
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI :		
U01	Umie dokonać oceny swoich atutów i braków w akcie komunikacyjnym, potrafi zapobiegać barierom w komunikacji interpersonalnej.	WF2P_U04
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH :		
K01	Posiada kompetencję komunikacyjną rozwiniętą w podstawowej formie, posiada świadomość ciągłego kształcenia się w kontekście nowych technologii komunikacyjnych.	WF2P_K01

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	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01										x	x					x	x				
U01										x	x					x	x				
K01										x	x					x	x				

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
wykłady (W)*	3	Czynny udział w 50% wykładów.
	3,5	Czynny udział w 60% wykładów.
	4	Czynny udział w 70% wykładów oraz znajomość pojęć związanych z komunikacją prezentowanych na wykładzie.
	4,5	Czynny udział w 80% wykładów oraz znajomość pojęć związanych z komunikacją prezentowanych na wykładzie.
	5	Czynny udział w 100% wykładów oraz znajomość pojęć związanych z komunikacją prezentowanych na wykładzie.
ćwiczenia (C)*	3	Czynny udział w 50% warsztatów.
	3,5	Czynny udział w 60% warsztatów.
	4	Czynny udział w 70% warsztatów oraz znajomość pojęć związanych z komunikacją.
	4,5	Czynny udział w 80% warsztatów oraz znajomość pojęć związanych z komunikacją.
	5	Czynny udział w 100% warsztatów oraz znajomość pojęć związanych z komunikacją.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
<i>LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/</i>	40	25
<i>Udział w wykładach*</i>	15	10
<i>Udział w ćwiczeniach*</i>	25	15
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	35	15
<i>Przygotowanie do wykładu*</i>	10	15
<i>Przygotowanie do ćwiczeń*</i>	25	35
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	75	75
PUNKTY ECTS za przedmiot	3	3

**niepotrzebne usunąć*

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

.....