

**Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku**  
**KARTA OPISU ZAJĘĆ (SYLABUS) W CYKLU KSZTAŁCENIA 2018-2021**

<b>Jednostka Organizacyjna:</b>	Wydział Rehabilitacji i Kinezylogii					<b>Kierunek: Terapia zajęciowa</b>		
<b>Rodzaj studiów (I stopień/II stopień/ jednolite studia magisterskie)</b>	I stopnia							
<b>Profil (ogólnoakademicki/praktyczny)</b>	praktyczny							
<b>Nazwa modułu:</b>	<b>Nazwa zajęć (przedmiotu): Motywacja – sztuka osiągnięcia celów</b>							
<b>Tryb studiów (stacjonarne/niestacjonarne):</b>	<b>Rok</b>	<b>Semestr</b>	<b>Rodzaj zajęć</b>	<b>Liczba godzin</b>		<b>Punkty ECTS</b>	<b>*Typ zajęć (przedmiotu)</b>	<b>Język wykładowy</b>
				stacjonarne	niestacjonarne			
	III	V	wykłady	-	-	-	do wyboru	polski
			ćwiczenia	16	10	1		
<b>Nauczyciel(-e) odpowiedzialny(-i) za zajęcia (przedmiot):</b> Dr Karolina Siodmiak								
<b>E-mail:</b> karolina.siodmiak@awf.gda.pl								
<b>Wymagania wstępne:</b>								
brak								
<b>Cele zajęć (przedmiotu):</b>								
Celem zajęć jest nabywanie kompetencji i podstawowych umiejętności w zakresie kształtowania motywacji i osiągnięcia celów.								
<b>Opis efektów kształcenia dla zajęć (przedmiotu) oraz ich powiązanie z efektami kształcenia dla kierunku:</b>							Odniesienie do kierunkowego efektu kształcenia	
WIEDZA								

W1	Student zna podstawowe mechanizmy psychospołeczne związane z motywacją w podążaniu za wyznaczonymi celami	K_W06
W2	Student zna rodzaje podejmowanych działań w wyznaczaniu celów w obszarze terapii zajęciowej, w szeroko rozumianej ochronie zdrowia	K_W11
<b>UMIĘJĘTNOŚCI</b>		
U1	Student potrafi podejmować działania profilaktyczne i edukacyjne z zakresu ustalania i realizacji celów w zależności od potrzeb pacjenta	K_U12
U2	Student potrafi korzystać z technik informatycznych w celu wyszukiwania, interpretowania, analizowania oraz krytycznego oceni niania danych z piśmiennictwa naukowego i literatury pozanaukowej w celu pozyskiwania wiedzy	K_U16
U3	Student potrafi przygotować w formie pisemnej scenariusz/ program rozwoju osobistego z zakresu motywacji i sztuki osiągania celów	K_U21
<b>KOMPETENCJE</b>		
K1	Student jest gotów przyjmować i akceptować opinii innych oraz zwracać się o pomoc i radę do ekspertów w przypadku trudności z samodzielnym rozwiązywaniem problemów.	K_K03
K2	Student jest gotów do pracy w zespole i brania odpowiedzialności za pracę własną	K_K09
<b>Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów kształcenia:</b>		
<i>Aby uzyskać zaliczenie zajęć ( przedmiotu ) na ocenę dostateczną student musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia.</i>		
<b>Metody i formy realizacji zajęć ( przedmiotu):</b>		Ćwiczenia, praca w grupach i dyskusja grupowa
<b>Treści kształcenia:</b>		
<i>Wykłady:</i>		

**Ćwiczenia:**  
*Motywacja sztuka osiągnięcia celów: wizja i misja życia, pasja, motywacja, siła celów, wartości osobiste, zarządzanie sobą w czasie, wyjście poza schemat i stwarzanie nowych możliwości. Twórcze przystosowanie w drodze do celów. Znaczenie porażek i tworzenie optymalnego programu rozwoju osobistego.*

**Forma zaliczenia:**

**Literatura:**

*Podstawowa:*

*Bucay, J. (2013). Drogowskazy. Droga do samozależności. Zakrzewo: Replika*

*Covey S. R (2018) . 7 nawyków skutecznego działania. Poznań: REBIS*

*Majewska\_ opieka I. (2014). Logodydaktyka. Droga rozwoju. Sopot: GWP*

*Stahl, B., Goldstein E. (2015). Uwaga. Trening redukcji stresu metodą mindfulness. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne*

*Uzupełniająca:*

*Brett R. (2013). Jesteś cudem. Kraków: Insignis*

*Kamiński M. (2014). Odkryj, że biegun nosisz w sobie. Warszawa: National Geographic. Society.*

**Bilans punktów ECTS (1 pkt ECTS – 25-30 godz. pracy studenta):**

Aktywność	Obciążenie studenta	
	stacjonarne	niestacjonarne
Udział w wykładach	godz.	godz.
Samodzielne studiowanie tematyki wykładów	godz.	godz.
Udział w ćwiczeniach	16 godz.	10 godz.
Przygotowanie się do ćwiczeń	5 godz.	11 godz.
Konsultacje	1 godz.	1 godz.
....	godz.	godz.
....	godz.	godz.
<b>Całkowite obciążenie pracą studenta</b>		<b>22 godz.</b>
<b>Punkty ECTS za zajęcia (przedmiot)</b>		<b>1 ECTS</b>

\*Typ zajęć (przedmiotu): obligatoryjny / do wyboru