

## KARTA PRZEDMIOTU

<b>Kod przedmiotu</b>	<b>0915.4.DII.A.PW</b>	
<b>Nazwa przedmiotu w języku</b>	polskim	<i>Coaching - narzędzie rozwoju osobistego i zawodowego</i> <i>Coaching - personal and professional development tool</i>
	angielskim	

### 1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

<b>1.1. Kierunek studiów</b>	Dietetyka
<b>1.2. Forma studiów</b>	Stacjonarne/niestacjonarne
<b>1.3. Poziom studiów</b>	Studia I stopnia
<b>1.4. Profil studiów</b>	Praktyczny
<b>1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu</b>	Mgr Elżbieta Kurkowska
<b>1.6. Kontakt</b>	elzbieta.kurkowska@ujk.edu.pl

### 2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

<b>2.1. Język wykładowy</b>	Polski
<b>2.2. Wymagania wstępne</b>	Brak

### 3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

<b>3.1. Forma zajęć</b>	Ćwiczenia	
<b>3.2. Miejsce realizacji zajęć</b>	Zajęcia w pomieszczeniach UJK	
<b>3.3. Forma zaliczenia zajęć</b>	Zaliczenie z oceną	
<b>3.4. Metody dydaktyczne</b>	Ćwiczenia: metody aktywizujące – integracyjne, twórczego rozwiązywania problemów, diagnostyczne, hierarchizacji, rozwijające twórcze myślenie, planowania, ewaluacyjne.	
<b>3.5. Wykaz literatury</b>	<b>podstawowa</b>	1. Wilczyńska M., Nowak M., Kućka J., Sawicka J., Sztajerwald K. Moc Coachingu. Poznaj narzędzia rozwijające umiejętności i kompetencje osobiste. Wydanie II rozszerzone, Wydawnictwo HELION, Gliwice, 2013.
	<b>uzupełniająca</b>	1. Rogers J. Coaching. Podstawy umiejętności, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, 2010.

### 4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

<p><b>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <b>Ćwiczenia:</b> <b>C1.</b> 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. <b>C2.</b> 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.</p>
<p><b>4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <b>Ćwiczenia:</b> Uświadamianie studentowi znaczenie coachingu - współczesne nurty, specyfika w stosunku do innych form wspierających rozwój edukacyjno-zawodowy, przydatność w dostosowaniu ścieżki kariery do osobistych zasobów. WYROBIENIE 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).</p>

#### 4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Symbole kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie <b>WIEDZY zna i rozumie:</b>		
W01	Zna podstawowe zagadnienia na temat idei coachingu, zastosowania procesów coachingowych w kontekście planowania życia zawodowego i osobistego.	DI1P_W06
w zakresie <b>UMIEJĘTNOŚCI potrafi:</b>		
U01	Potrafi organizować działania ukierunkowane na edukację zdrowotną, promocję zdrowia i profilaktykę niepełnosprawności.	DI1P_U06
w zakresie <b>KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH jest gotów do:</b>		
K01	Dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń, dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych.	DI1P_K02

#### 4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)											
	Praca własna			Aktywność na zajęciach								
	Forma zajęć			Forma zajęć								
	W	C	...	W	C	...						
W01		+			+							
U01		+			+							
K01		+			+							

#### 4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
Ćwiczenia (C)	3	Uzyskanie 61-68% maksymalnej liczby punktów z pracy własnej i aktywności na zajęciach.
	3,5	Uzyskanie 69-76% maksymalnej liczby punktów z pracy własnej i aktywności na zajęciach.
	4	Uzyskanie 77-84% maksymalnej liczby punktów z pracy własnej i aktywności na zajęciach.
	4,5	Uzyskanie 85-92% maksymalnej liczby punktów z pracy własnej i aktywności na zajęciach.
	5	Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów z pracy własnej i aktywności na zajęciach.

#### 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>	25	15
<i>Udział w ćwiczeniach</i>	25	15
<i>SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/</i>	25	35
<i>Przygotowanie do ćwiczeń</i>	25	35
<b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
<b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

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

.....