|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **AKADEMIA WSB** | | | | | | | | | |
| **Kierunek studiów: Socjologia** | | | | | | | | | |
| **Przedmiot: Trening wystąpień publicznych i radzenia sobie ze stresem** | | | | | | | | | |
| **Profil kształcenia: praktyczny** | | | | | | | | | |
| **Poziom kształcenia: studia I stopnia** | | | | | | | | | |
| **Liczba godzin**  **w semestrze** | | 1 | | | 2 | | | 3 | |
| I | II | | III | | IV | V | VI |
| **Studia stacjonarne**  (w/ćw/lab/pr/e)\* | |  |  | |  | |  |  | 20 ćw |
| **Studia niestacjonarne**  (w/ćw/lab/pr/e) | |  |  | |  | |  |  | 12 ćw |
| **JĘZYK PROWADZENIA ZAJĘĆ** | | Język polski | | | | | | | |
| **WYKŁADOWCA** | | dr Edyta Nowak-Żółty | | | | | | | |
| **FORMA ZAJĘĆ** | | Ćwiczenia, konsultacje | | | | | | | |
| **CELE PRZEDMIOTU** | | Celem zajęć jest poznanie zasad przygotowania i prowadzenia wystąpień publicznych a także radzenie sobie ze stresem w trakcie tych wystąpoień. W trakcie zajęć studenci nauczą się przygotowywać plan i strukturę wystąpienia oraz poznają podstawowe zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej w wystąpieniach publicznych. | | | | | | | |
| **Odniesienie do efektów uczenia się** | | | | **Opis efektów uczenia się** | | | | **Sposób weryfikacji efektu**  **uczenia się** | |
| **Efekt kierunkowy** | **PRK** | | |
| **WIEDZA** | | | | | | | | | |
| SO\_W02 | P6S\_WG | | | Student zna w zaawansowanym stopniu znaczenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej w przygotowaniu i prezentacji swojego tematu podczas wystąpienia. | | | | Dyskusja w grupach, analiza wystąpień własnych i innych. | |
| SO\_W01 | P6S\_WG | | | Student zna w zaawansowanym stopniu terminologię właściwą dla definiowania zjawiska stresu. | | | | Dyskusja podczas zajęć. | |
| **UMIEJĘTNOŚCI** | | | | | | | | | |
| SO\_U02 | P6S\_UW | | | Student umie pozyskiwać z właściwych źródeł dane, dokonywać oceny, krytycznej analizy i syntezy tych informacji oraz zastosować je do zaplanowania wystąpienia publicznego. | | | | Analiza planu wystąpienia, prezentacja tematu, dyskusja. | |
| SO\_U03 | P6S\_UW | | | Umie oceniać i analizować  objawy stresu u siebie i innych. Demonstruje pozytywne sposoby radzenia sobie ze stresem | | | | Ćwiczenia w zespołach, odgrywanie ról, dyskusja i analiza case study. | |
| **KOMPETENCJE SPOŁECZNE** | | | | | | | | | |
| **SO\_K04** | P6S\_KO | | | Student jest gotów do inicjowania działań na rzecz interesu publicznego, w tym przygotowania i przedstawienia tematu wystąpienia. | | | | Obserwacja studenta podczas przygotowań oraz prezentacji wybranego tematu. | |
| **Nakład pracy studenta (w godzinach dydaktycznych 1h dyd.=45 minut)\*\*** | | | | | | | | | |
| **Stacjonarne**  udział w wykładach =  udział w ćwiczeniach = 20h  przygotowanie do ćwiczeń = 10h  przygotowanie do wykładu =  przygotowanie do egzaminu = 16h  realizacja zadań projektowych =  konsultacje= 4h  e-learning =  zaliczenie/egzamin = 1h  inne (konsultacje) =  **RAZEM: 51h**  **Liczba punktów ECTS: 2**  **w tym w ramach zajęć praktycznych:** | | | | | | **Niestacjonarne**  udział w wykładach =  udział w ćwiczeniach = 12h  przygotowanie do ćwiczeń = 14h  przygotowanie do wykładu =  przygotowanie do egzaminu = 20h  realizacja zadań projektowych =  konsultacje= 4h  e-learning =  zaliczenie/egzamin = 1h  inne (konsultacje) =  **RAZEM: 51h**  **Liczba punktów ECTS: 2**  **w tym w ramach zajęć praktycznych:** | | | |
| **WARUNKI WSTĘPNE** | Wiedza o tworzeniu prezentacji multimedialnych. | | | | | | | | |
| **TREŚCI PRZEDMIOTU**  (z podziałem na  zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning) | Treści realizowane w formie bezpośredniej:   * Stres jako zjawisko psychologiczne - podstawowe definicje. * Style radzenia sobie ze stresem - odgrywanie ról, analiza case study. * Sposoby przeciwdziałania stresowi - ćwiczenia relaksacyjne, restrukturyzacja poznawcza * Zasady przygotowania planu oraz struktury wystąpienia publicznego. * Techniki autoprezentacji i wybrane elementy wpływu społecznego. * Komunikacja werbalna i niewerbalna. * Trening pracy z głosem i gestykulacją. * Praca z kamerą – trening wystąpień publicznych- analiza mowy ciała, modulacji głosu oraz treści wystąpienia. | | | | | | | | |
| **LITERATURA**  **OBOWIĄZKOWA** | * Rzędowski J. i A., Mówca doskonały. Wystąpienia publiczne w praktyce, Wydawnictwo Helion, Onepress 2017r * Kutnyj P., Sztuka autoprezentacji i wystąpień publicznych. Na żywo i online, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2020R | | | | | | | | |
| **LITERATURA**  **UZUPEŁNIAJĄCA**  (w tym min. 2 pozycje w języku angielskim; publikacje książkowe lub artykuły) | * Orłoś M., O sztuce wystąpień publicznych, Wydawnictwo RM, 2018r * Pease A., Mowa ciała, Rebis, Poznań, 2022r * Wiśniewska P., English for Speeches and Presentations. A Practical Guide Wystąpienia publiczne i prezentacje w języku angielskim, Wydawnictwo Poltext, 2022r | | | | | | | | |
| **PUBLIKACJE NAUKOWE OSÓB PROWADZĄCYCH ZAJĘCIA ZWIĄZANE Z TEMATYKĄ MODUŁU** |  | | | | | | | | |
| **METODY NAUCZANIA**  (z podziałem na  zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning) | W formie bezpośredniej:  Ćwiczenia w zespołach, dyskusja, trening wystąpień - praca z kamerą  W formie e-learning: Nie dotyczy | | | | | | | | |
| **POMOCE NAUKOWE** |  | | | | | | | | |
| **PROJEKT**  (o ile jest realizowany w ramach modułu zajęć) | Cel projektu: Nie dotyczy  Temat projektu: Nie dotyczy  Forma projektu: Nie dotyczy | | | | | | | | |
| **FORMA I WARUNKI ZALICZENIA**  (z podziałem na  zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning) | Formą zaliczenia ćwiczeń jest indywidualne przygotowanie i przedstawienie prezentacji przed grupą wraz z analizą nagrania wystąpienia. | | | | | | | | |

*\* W-wykład, ćw- ćwiczenia, lab- laboratorium, pro- projekt, e- e-learning*