

Tárgytematika / Course Description

Sport coaching technikák és gyakorlatok

LGS_RT054_1

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Dr. Kovács Barnabás

Félév / Semester: 2021/22/2

Beszámolási forma /

Assesment: Folyamatos számonkérés

Tárgy heti óraszám /

Teaching hours(week): 0/0/0

Tárgy féléves óraszám /

Teaching hours(sem.): 24/0/0

OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

A tantárgy célja sport coaching technikák elsajátítása, kérdezéstechnika, célkitűzés és teljesítményfokozási technikák, hiedelemátalakítási technikák és erőforrás-generáló technikák és gyakorlatok megismerése és gyakorlása

TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

- 1.hét Hatékony kérdés eszközei
- 2.hét A célkitűzések technikája és gyakorlatai
- 3.hét A teljesítmény fokozásának technikái és gyakorlata
- 4.hét Negatív hiedelmek átalakítása pozitív, támogató hiedelmekké
- 5.hét Erőforrások generálása, beépítése
- 6.hét Coaching gyakorlatok

SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

Félévközi beadandó és/vagy vizsga

KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Kötelező irodalom
Böhme, M.D. & Schmitz, U.D.
(2020). Erőforrások aktiválása a coachingban. Miskolc: Z-Press

Ajánlo
tt
irodalo
m

Vogelauer,W.(2002).A coaching
módszertani ABC-
je.Budapest:KJK-Kerszöv.

Ratner,H&Yusuf,D.(2015)
Megoldásközpontú coaching
gyermekekkel és
fiatalokkal.Miskolc:Z-Press

Wehrle,M(2016).50 kreatív
coaching ötlet.Miskolc:Z-Press