

Tárgytematika / Course Description

Sport coaching technikák és gyakorlatok

LGS_RT054_1

Tárgyfelelős neve /

Teacher's name: Dr. Kovács Barnabás

Félév / Semester: 2022/23/2

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, kérdezőtechnika, 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
-------------------	---

	Vogelauer, W.(2002).A coaching módszertani ABC-je.Budapest: KJK-Kerszöv.				
Ajánlott irodalom	Ratner ,H&Y usuf,D. (2015) Megoldásközpontú coaching gyermekekkel és fiatalokkal. Miskolc:Z-Press				
	Wehrle,M (2016).50 kreatív coaching ötlet.Miskolc:Z-Press				