

## Karta opisu zajęć - Sylabus

Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu

### I. INFORMACJE PODSTAWOWE

Nazwa zajęć: **EFEKTYWNE METODY UCZENIA SIĘ**

Cykl kształcenia rozpoczynający się w roku akademickim 2023/2024

Nazwa kierunku studiów, poziom i profil kształcenia:

Psychologia, jednolite studia magisterskie o profilu praktycznym

Język wykładowy: polski

Rodzaj zajęć: zajęcia kształcenia podstawowego

Rok studiów: I

Semestr: 1

Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 2

Koordinator zajęć

Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail:

Jednostka organizacyjna: Instytut Humanistyczny

### FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ I LICZBA GODZIN

Ogólna liczba godzin zajęć dydaktycznych na studiach stacjonarnych i niestacjonarnych z podziałem na formy:

#### Studia stacjonarne

#### Studia niestacjonarne

Wykład:

Wykład:

Ćwiczenia:

15

Ćwiczenia:

Laboratorium:

Laboratorium:

Lektorat:

Lektorat:

Projekt:

Projekt:

Zajęcia praktyczne:

Zajęcia praktyczne:

Seminarium:

Seminarium:

Zajęcia terenowe:

Zajęcia terenowe:

Praktyki zawodowe:

Praktyki zawodowe:

Inna forma (jaka):

Inna forma (jaka):

**RAZEM:**

15

**RAZEM:**

### II. INFORMACJE SZCZEGÓŁOWE

#### Wymagania wstępne i dodatkowe:

Brak wymagań

#### Cel (cele) kształcenia dla zajęć:

- 1) Zdobyć przez Studenta wiedzy dotyczącej prawidłowości ukierunkowujących proces uczenia się.
- 2) Kształtowanie umiejętności wykorzystywania technik efektywnego uczenia się i analizy własnego stylu zdobywania wiedzy.
- 3) Zdobyć kompetencji w zakresie oceny własnych działań w obszarze efektywnej nauki oraz kreatywności i twórczości w planowaniu własnego rozwoju.

**EFEKTY UCZENIA SIĘ OKREŚLONE DLA ZAJĘĆ I ICH ODNIESIENIE DO EFEKTÓW UCZENIA SIĘ OKREŚLONYCH DLA KIERUNKU STUDIÓW**

<p>Efekty uczenia się określone dla zajęć w kategorii wiedza, umiejętności oraz kompetencje społeczne oraz metody weryfikacji efektów uczenia się</p> <p><b>UWAGA:</b></p> <p>Dzielimy efekty uczenia się określone dla zajęć na kategorie wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych. Określone dla zajęć efekty uczenia się nie muszą obejmować wszystkich trzech kategorii i zależą od formy zajęć.</p>				
Symbol efektów uczenia się określonego dla zajęć*	Treść efektu uczenia się. Po zakończeniu zajęć i potwierdzeniu osiągnięcia efektów uczenia się, student w kategorii:			Odniesienie do efektów uczenia się określonych dla kierunku studiów (symbol efektów uczenia się)
<b>Wiedzy - zna i rozumie</b>				
W01	Absolwent zna powiązania pomiędzy wiedzą specyficzną dla studiowanego kierunku a efektywnymi metodami uczenia się oraz potrafi wykorzystać tę wiedzę do analiz zjawisk społecznych.			K_W15
<b>Umiejętności - potrafi</b>				
U01	Absolwent potrafi zdiagnozować swoje mocne i słabe strony w obszarze uczenia się.			K_U15
U02	Absolwent potrafi korzystać z podstawowych prawidłowości uczenia się.			K_U15
U03	Absolwent analizuje swój proces uczenia się.			K_U15
<b>Kompetencji społecznych - jest gotów do</b>				
K01	Absolwent jest gotów do identyfikacji swoich mocnych stron i ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować.			K_K04
K02	Absolwent potrafi samodzielnie pracować i zarządzać sobą w czasie.			K_K04
K03	Absolwent jest świadomy konieczności uczenia się przez całe życie.			K_K04
<p><b>UWAGA!</b></p> <p>Zaleca się, aby w zależności od liczby godzin zajęć, liczba efektów uczenia się zawierała się w przedziale: 3-7, ale są to wartości umowne.</p>				
<b>TREŚCI PROGRAMOWE I ICH ODNIESIENIE DO FORM ZAJĘĆ I METOD OCENIANIA</b>				
Treści programowe (uszczegółowione, zaprezentowane z podziałem na poszczególne formy zajęć, tj. wykład, ćwiczenia, laboratoria, projekty, seminaria i inne):				
Symbol treści programowych	Opis treści programowych	Forma zajęć	Metody dydaktyczne prowadzenia zajęć umożliwiające osiągnięcie założonych efektów uczenia się *	Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się przypisanych do zajęć #
		<b>ćwiczenia</b>		
TP-01	Wprowadzenie w problematykę zajęć. Podstawowe prawidłowości dotyczące uczenia się. Uczenie się jako jedna z umiejętności psychospołecznych.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test

TP-02	Różnice indywidualne w procesie uczenia się. Style uczenia się. Preferencje sensoryczne.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test
TP-03	Analiza procesu zapamiętywania. Modele pamięci. Prawa pamięci. Wykorzystywanie technik pamięciowych w nauce.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test
TP-04	Motywacja do uczenia się i sposoby jej podtrzymywania.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test
TP-05	Wybrane techniki uczenia się.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test
TP-06	Współczesne koncepcje inteligencji. Inteligencje wielorakie. Inteligencja emocjonalna i społeczna.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test
TP-07	Zarządzanie czasem w procesie uczenia się. Organizacja pracy własnej.		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test
TP-08	Kreatywność i twórczość w procesie uczenia się. Techniki kreatywnego myślenia		ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna	Zaliczenie na ocenę - test
<p><b>Metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć, powinny być zróżnicowane w zależności od kategorii, tj. inne dla kategorii wiedza i inne dla kategorii umiejętności i kompetencje społeczne.</b></p> <p>Dla wykładu:</p> <p>* np. wykład podający, wykład problemowy, ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy</p> <p># np. egzamin ustny, test, prezentacja, projekt</p> <p>Zaleca się podanie przykładowych zadań (pytań) służących weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć.</p>				
<b>ZALECANA LITERATURA (w tym pozycje w języku obcym)</b>				

**Literatura podstawowa** (powinna być dostępna dla studenta w uczelnianej bibliotece):

- Fulton J., *Mensa: sprawdź możliwości swojego intelektu*, Grupa Wydawnicza Bertelsmann, Warszawa 2001.  
Szejnberg A., *Komunikacyjne środowisko nauczania i uczenia się*, Wydawnictwo Astrum, Wrocław 2006.  
Linksman R., *W jaki sposób szybko się uczyć*, Grupa Wydawnicza Bertelsmann Media, Warszawa 2001.  
Gardner H., *Multiple intelligence: new horizons*, Basic Books, New York 2006.  
Goleman D., *Inteligencja emocjonalna*, Media Rodzina of Poznań, Poznań 1997.  
Goleman D., *Inteligencja emocjonalna w praktyce*, Media Rodzina of Poznań, Poznań 1999.  
Taracha M., *Inteligencja emocjonalna a wykorzystanie potencjału emocjonalnego*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2010.  
Goleman D., *Inteligencja społeczna*, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2007.  
Bąbel P., Baran A., *Trening pamięci; projektowanie, realizacja, techniki i ćwiczenia*, Difin, Warszawa 2011.

**Literatura uzupełniająca:**

- Sygnowski P., *Szybka nauka dla wytrwałych. Jak skutecznie rozwiązywać swoje problemy z nauką*, Wydawnictwo Złote Myśli, Gliwice 2008.  
Siechniewicz T., *Sorry, memory? Poznaj najlepsze metody zapamiętywania*, Wydawnictwo Psychoskok, Konin 2018.  
Grześlak M., *Jak się uczyć żeby zapamiętywać. Porady wróżki Mnemozyny*, Wydawnictwo internetowe e-bookowo 2022.  
Szula B., *Pamięć doskonała: 22 proste lekcje, dzięki którym zapomnisz o zapominaniu*, Wydawnictwo Złote Myśli 2011.

**III. INFORMACJE DODATKOWE**

**BILANS PUNKTÓW ECTS**

**OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (godziny)**

Forma aktywności	Liczba godzin *
Godziny zajęć (według harmonogramu) z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	15
Praca własna studenta	35
<b>SUMA GODZIN:</b>	50

**OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA (punkty ECTS)**

		Liczba punktów ECTS	
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS PRZYPISANYCH DO ZAJĘĆ	Praca studenta wymagająca bezpośredniego kontaktu z nauczycielem akademickim lub inną osobą prowadzącą zajęcia	Ogółem: 2	0,6
	Praca własna studenta		1,4

\* godziny lekcyjne, czyli 1 godz. oznacza 45 min;

**OPIS PRACY WŁASNEJ STUDENTA:**

Praca własna studenta musi być precyzyjnie opisana, uwzględniając charakter praktyczny zajęć. Należy podać symbol efektu uczenia się, którego praca własna dotyczy oraz metody weryfikacji efektów uczenia się stosowane w ramach pracy własnej. Przykładowe formy aktywności: (1) przygotowanie do zajęć, (2) opracowanie wyników, (3) czytanie wskazanej literatury, (4) napisanie raportu z zajęć, (5) przygotowanie do egzaminu, opracowanie projektu.

- (1) przygotowanie do zajęć – 10 h – W01, U01,U02, U03
- (2) czytanie wskazanej literatury – 15h – W01, U01,U02, U03
- (3) przygotowanie do zaliczenia - 10h – W01, U01,U02, U03, K01, K02, K03
- (4) Forma weryfikacji: Zaliczenie na ocenę - test

**KRYTERIA OCENIANIA**

Ocena kształtująca:

**ćwiczenia:**

- zaangażowanie Studenta w wykonywanie zadań podczas zajęć (udzielanie odpowiedzi na zadane pytania, werbalizacja myśli, opinii, skojarzeń logicznych). Informacja zwrotna - wzmocnienie aktywności i twórczej postawy Studenta przez pochwałę, docenienie zaangażowania na forum grupy, odznaczenie aktywności. Dążenie do rozbudzenia zainteresowania Studenta podejmowaną problematyką na tyle, aby formułował on pytania, dzielił się refleksjami, uczestniczył w dyskusji oraz zgłaszał własne twórcze pomysły i postulaty.

- wyakcentowanie kontekstu wartości etyczno-moralnych jako regulatora działań Studenta w trakcie odbywanych zajęć.

Ocena podsumowująca:

Ocena **dostateczna**- zadawalająca wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, ale z licznymi błędami, student prezentuje wskazane przez nauczyciela, kluczowe dla przedmiotu wiadomości i umiejętności ze znaczną pomocą wykładowcy.

Ocena **dobra** - dobra wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, student potrafi samodzielnie zaprezentować wszystkie wskazane w sylabusie wiadomości i umiejętności (efekty uczenia się), korzystając sporadycznie ze wskazówek nauczyciela (jego uzupełnień, uściśleń).

Ocena **bardzo dobra** - znakomita wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, student płynnie, poprawnie, w sposób kompletny, niewymagający uzupełnień, poprawek, uściśleń, zadawania dodatkowych pytań i w pełni samodzielnie prezentuje wszystkie wskazane w sylabusie efekty uczenia się. Wykazuje się biegłością, operatywnością wiedzy, refleksyjnością i samodzielnością logicznego myślenia, a także przejawia świadomość dążeniem do samorozwoju.

**INFORMACJA O PRZEWIDYWANEJ MOŻLIWOŚCI WYKORZYSTANIA KSZTAŁCENIA NA ODLEGŁOŚĆ:** Przewiduje się wykorzystanie platformy MS Teams