

| Karta opisu zajęć - Sylabus | | | |
|---|---|---|--|
| Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu | | | |
| I. INFORMACJE PODSTAWOWE | | | |
| Nazwa zajęć: EFEKTYWNE METODY UCZENIA SIĘ | | Cykl kształcenia rozpoczynający się w roku akademickim 2024/2025 | |
| Nazwa kierunku studiów, poziom i profil kształcenia: Psychologia, jednolite studia magisterskie o profilu praktycznym | | | |
| Język wykładowy: polski | | Rodzaj zajęć: zajęcia kształcenia ogólnego | |
| Rok studiów: I | | Semestr: 1 | |
| Liczba punktów ECTS przypisana zajęciom: 2 | | Koordynator zajęć Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail: | |
| Jednostka organizacyjna: Wydział 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: <ol style="list-style-type: none"> 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 | | | |
| Efekty uczenia się określone dla zajęć w kategorii wiedza, umiejętności oraz kompetencje społeczne oraz metody weryfikacji efektów uczenia się | | | |
| UWAGA: 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. | | | |
| 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) |
| Wiedzy - zna i rozumie | | | |
| 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 |
| Umiejętności - potrafi | | | |

| U01 | Absolwent analizuje swój proces uczenia się, potrafi zdiagnozować swoje mocne i słabe strony w obszarze uczenia się oraz korzystać z technik uczenia się. | | K_U15 | |
|--|---|------------------|---|---|
| Kompetencji społecznych - jest gotów do | | | | |
| K01 | Absolwent jest świadomy poszerzania swojej wiedzy i konieczności uczenia się przez całe życie. | | K_K02 | |
| UWAGA! | | | | |
| Zaleca się, aby w zależności od liczby godzin zajęć, liczba efektów uczenia się zawierała się w przedziale: 3-7, ale są to wartości umowne. | | | | |
| TREŚCI PROGRAMOWE I ICH ODNIESIENIE DO FORM ZAJĘĆ I METOD OCENIANIA | | | | |
| 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 # |
| | | ćwiczenia | | |
| TP-01 | Wprowadzenie w problematykę zajęć. Podstawowe zasady dotyczące uczenia się. Analiza procesu zapamiętywania. Modele pamięci. Prawa pamięci. | | Pogadanka, dyskusja, prezentacja multimedialna | kolokwium ustne |
| TP-02 | Różnice indywidualne w procesie uczenia się. Style uczenia się. Superłącza edukacyjne | | Mini wykład, prezentacja multimedialna, dyskusja | ćwiczenia na zajęciach kolokwium ustne |
| TP-03 | Identyfikacja mocnych i słabych stron w uczeniu się | | ćwiczenia oparte na symulacji sytuacji rzeczywistej, dyskusja, prezentacja multimedialna | Projekt indywidualny – wykonanie własnej mapy potencjału; kolokwium ustne |
| TP-04 | Motywacja do uczenia się i sposoby jej podtrzymywania. | | Prezentacja multimedialna, pogadanka, ćwiczenia w grupach, dyskusja po ćwiczeniach | Projekt (grupowy z cytatami dotyczącymi motywacji lub Projekt grupowy - wirujące plakaty) kolokwium ustne |
| TP-05 | Wybrane techniki zapamiętywania-mnemotechniki | | Pogadanka, metoda inscenizacji, ćwiczenia w grupach, dyskusja po ćwiczeniach | Projekt grupowy-(pałac pamięci, łańcuchowa metoda skojarzeń, akronimy, akrostychy) kolokwium ustne |
| TP-06 | Współczesne koncepcje inteligencji. Inteligencje wielorakie. Inteligencja emocjonalna i społeczna. | | Ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja, prezentacja multimedialna | Test inteligencji wielorakich kolokwium ustne |

| | | | | |
|-------|--|--|---|--|
| TP-07 | Sposoby notowania. Mapy myśli. Metoda Cornella. | | Metoda aktywizująca-notowanie jako sposób na zapamiętywanie, prezentacja multimedialna, dyskusja po ćwiczeniach | Projekt grupowy – mapy myśli lub projekt indywidualny - notatka Cornella kolokwium ustne |
| TP-08 | Zarządzanie czasem w procesie uczenia się. Organizacja pracy własnej. | | Pogadanka, ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy, dyskusja | Projekt indywidualny - własna macierz Eisenhowera kolokwium ustne |

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.

Dla wykładu:

* np. wykład podający, wykład problemowy, ćwiczenia oparte na wykorzystaniu różnych źródeł wiedzy

np. egzamin ustny, prezentacja, projekt

Zaleca się podanie przykładowych zadań (pytań) służących weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się określonych dla zajęć.

ZALECANA LITERATURA (w tym pozycje w języku obcym)

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

Linksman R., *W jaki sposób szybko się uczyć*, Grupa Wydawnicza Bertelsmann Media, Warszawa 2001.

Literatura uzupełniająca:

Mikołajczyk K., *Techniki efektywnego uczenia się - sposób na rozwijanie zdolności intelektualnych*

Opublikowane w: e-mentor, 2005, Baza danych: BazEkon

Grześlak M., *Jak się uczyć żeby zapamiętywać. Porady wróżki Mnemozyny*, Wyd.internetowe e- bookowo 2022.

Siechniewicz T., *Sorry, memory? Poznaj najlepsze metody zapamiętywania*, Wyd.Psychoskok, 2018.

Minge K., Natalia Minge N., *Jak uczyć się szybciej i skuteczniej. Techniki, wskazówki, ćwiczenia!*, Wyd. Samo Sedno, 2017.

Buzan T., *Mapy twoich myśli : mindmapping, czyli notowanie interaktywne*, Wyd. Aha! 2015.

Buzan T., *Pamięć na zawołanie : metody i techniki pamięciowe*. Wyd. Aha! 2015.

Gardner H., *Multiple intelligence: new horizons*, Basic Books, 2006.

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 |
| SUMA GODZIN: | 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
- (2) czytanie wskazanej literatury – 15h – W01, U01
- (3) przygotowanie do zaliczenia - 10h – W01, U01, K01
- (4) Forma weryfikacji: Zaliczenie na ocenę – (**kolokwium ustne + prace cząstkowe z poszczególnych zajęć**)

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.
- zaangażowanie w realizację projektów indywidualnych i grupowych oraz w zadane na zajęciach ćwiczenia.
- wyakcentowanie kontekstu wartości etyczno-moralnych jako regulatora działań Studenta w trakcie odbywanych zajęć.

Ocena podsumowująca stanowi zaliczenie kolokwium ustnego:

Ocena **dostateczna**- zadawalająca wiedza związana z tematyką zajęć, 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 związana z tematyką zajęć, 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 związana z tematyką zajęć, 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: