

KARTA KURSU

Nazwa	Metody samokształcenia i samorozwoju
Nazwa w j. ang.	<i>Methods of self-education and personal development</i>

Koordinator		Zespół dydaktyczny
		dr Przemysław Łukasik
Punktacja ECTS*	3	

Opis kursu (cele kształcenia):

Poznanie i prezentacja (i przygotowanie do samodzielnego poznawania) uwarunkowań dotyczących prawidłowego i efektywnego procesu samokształcenia i samorozwoju.
 Przystwojenie terminologii w obszarze samokształcenia i rozumienie jej zastosowania.
 Wykształcenie i trenowanie umiejętności uczenia się i planowania samokształcenia.

Warunki wstępne:

Wiedza	Posiada podstawową wiedzę z zakresu zapamiętywania, uczenia się, planowania pracy.
Umiejętności	Ma umiejętność zastosowania zdobytej wiedzy teoretycznej do szukania informacji, analizy, przetwarzania oraz zapamiętywania. Potrafi znaleźć lekturę dotyczącą wybranego tematu
Kursy	Z modułu podstawowego – Geografia polityczna, Mikroekonomia , Nauka o państwie i prawie

Efekty kształcenia:

	Efekt kształcenia dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Wiedza	W1: Zna terminologię w obszarze samokształcenia i rozumie jej zastosowanie	K1_W01 P6U_W
	W2: Zna wybrane koncepcje psychologiczne stanowiące teoretyczne podstawy samokształcenia	K1_W01 P6U_W
	W3: Ma elementarną wiedzę na temat projektowania ścieżki własnego rozwoju	K1_W01 P6U_W

	Efekt kształcenia dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Umiejętności	U1: Potrafi w sposób spójny i precyzyjny wypowiadać się w mowie i na piśmie na tematy dotyczące procesu samokształcenia	K1_U03 P6U_U
	U2: Posiada umiejętność stosowania różnych technik uczenia się	K1_U05 P6U_U
	U3: Posiada umiejętność prezentowania własnych pomysłów, popierając je argumentacją teoretyczną	K1_U06 P6U_U
	U4: Wykorzystuje teoretyczne ujęcia psychologiczne i dydaktyczne do projektowania ścieżki własnego rozwoju	K1_U07 P6U_U

	Efekt kształcenia dla kursu	Odniesienie do efektów kierunkowych
Kompetencje społeczne	K1: Ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności	K1_K01 K1_K03

studia stacjonarne

Organizacja												
Forma zajęć	Wykład (W)	Ćwiczenia w grupach										
		A		K		L		S		P		E
Liczba godzin		15										

studia niestacjonarne

Organizacja													
Forma zajęć	Wykład (W)	Ćwiczenia w grupach											
		A		K		L		S		P		E	
Liczba godzin		15											

--	--	--	--	--	--	--	--

Opis metod prowadzenia zajęć - **studia stacjonarne:**

Ćwiczenia

Indywidualne ustne referowanie tekstów z literatury przedmiotu
Zajęcia z wykorzystaniem różnych form dyskusji i debaty oksfordzkiej
Zadania związane z analizą treści wybranych źródeł
Zadania zaliczeniowe

Opis metod prowadzenia zajęć - **studia niestacjonarne:**

Ćwiczenia

Indywidualne ustne referowanie tekstów z literatury przedmiotu
Zajęcia z wykorzystaniem różnych form dyskusji i debaty oksfordzkiej
Zadania związane z analizą treści wybranych źródeł
Zadania zaliczeniowe

Formy sprawdzania efektów kształcenia -- **studia stacjonarne:**

	E – learning	Gry dydaktyczne	Ćwiczenia w szkole	Zajęcia terenowe	Praca laboratoryjna	Projekt indywidualny	Projekt grupowy	Udział w dyskusji	Referat	Praca pisemna (esej)	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Inne
W01								X					
W02						X		X					
U01						X		X					
U02						X		X					
K01						X		X					
K02													
...													

Formy sprawdzania efektów kształcenia -- **studia niestacjonarne:**

	E – learning	Gry dydaktyczne	Ćwiczenia w szkole	Zajęcia terenowe	Praca laboratoryjna	Projekt indywidualny	Projekt grupowy	Udział w dyskusji	Referat	Praca pisemna (esej)	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Inne
W01								X					
W02						X		X					
U01						X		X					
U02						X		X					
K01						X		X					
K02													
...													

studia stacjonarne

Kryteria oceny	Na ocenę z ćwiczeń składają się; -Indywidualne ustne referowanie tekstów z literatury przedmiotu -Zajęcia z wykorzystaniem różnych form dyskusji i debaty oksfordzkiej -Zadania związane z analizą treści wybranych źródeł -Zadania zaliczeniowe
----------------	--

studia niestacjonarne

Kryteria oceny	Na ocenę z ćwiczeń składają się; -Indywidualne ustne referowanie tekstów z literatury przedmiotu -Zajęcia z wykorzystaniem różnych form dyskusji i debaty oksfordzkiej -Zadania związane z analizą treści wybranych źródeł -Zadania zaliczeniowe
----------------	--

Uwagi	
-------	--

Treści merytoryczne (wykaz tematów):

TREŚCI PROGRAMOWE

- 1) Samokształcenie jako kluczowy współcześnie proces edukacyjny. Terminologia. Samokształcenie a uczenie się. Elementy składowe procesu samokształcenia. Przygotowanie do samokształcenia.
2. Uwarunkowania osobowe i zewnętrzne samokształcenia. Ujęcie neurobiologiczne, system reprezentacyjny WAK. Motywacja w uczeniu się.
3. System reprezentacyjny WAK a organizacja samokształcenia/uczenia się.
4. Teoria wielorakiej inteligencji H. Gardnera a proces samokształcenia/uczenia się.
5. Możliwości edukacyjne mózgu (prawa i lewa półkula mózgowa). Ćwiczenia usprawniające prawą półkulę mózgową.
6. Istota pamięci w procesie samokształcenia. Etapy zapamiętywania. Zasady skutecznego zapamiętywania.
7. Tradycyjne techniki uczenia się (Metoda T. Buzana, Metoda SQRRR, metoda zapamiętywania mechanicznego).
8. Techniki mnemoniczne uczenia się (zakładkowa metoda zapamiętywania, łańcuchowa metoda skojarzeń, akronimy- wierszyki mnemoniczne, system loci – rzymski pokój).
9. Nowoczesne techniki notowania: mapa myśli a notatka blokowa.
10. Umiejętność planowania uczenia się. Rodzaje planów i ich elementy składowe.
11. Trema przed wystąpieniami publicznymi- metody obniżania stresu.
12. Analiza SWOT jako technika przydatna do projektowania procesu samokształcenia.
13. Szukanie informacji. Kwerenda biblioteczna
14. Warsztat pracy. Tworzenie bibliografii

Wykaz literatury podstawowej:

Literatura obowiązkowa:

Ludwiczak S., Samoedukacja, Toruń 2009

Brześciwicz Z., Superpamięć: jak uczyć się trzy razy szybciej, „Comes”, Warszawa, 1996

Buzan Tony, Pamięć na zawołanie metody i techniki pamięciowe, „Ravi”, Łódź, 2005.

Czerniawska E., Ledzińska M., Jak się uczyć?, Wydawnictwo Park, Bielsko-Biała, 2007

Dryden G., Vos J, Rewolucja w uczeniu, Moderski i S-ka, Poznań, 2000.

Locke Edwin, Jak uczyć się efektywnie. Metody i motywacja, Wydawnictwo: Nakom, Poznań, 2009

Węgrzecka M., pod red. nauk., Studiować interesująco i efektywnie, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego, Kraków, 2011

Wykaz literatury uzupełniającej:

Ciechanowska D., pod red. nauk., Proces kształcenia akademickiego studenta, Uniwersytet Szczeciński, 2009

Karaś S., Pietraszek T., Podstawy samokształcenia i kształcenia : poradnik dla studentów studiów dziennych i zaocznych, WSiE TWP, Olsztyn, 1998

Bilans godzinowy zgodny z CNPS (Całkowity Nakład Pracy Studenta) - studia stacjonarne:

liczba godzin w kontakcie z prowadzącymi	Wykład	
	Konwersatorium (ćwiczenia, laboratorium itd.)	15
	Pozostałe godziny kontaktu studenta z prowadzącym	1
liczba godzin pracy studenta bez kontaktu z prowadzącymi	Lektura w ramach przygotowania do zajęć	1
	Przygotowanie krótkiej pracy pisemnej lub referatu po zapoznaniu się z niezbędną literaturą przedmiotu	15
	Przygotowanie projektu lub prezentacji na podany temat (praca w grupie)	8
	Przygotowanie do egzaminu/zaliczenia	
Ogółem bilans czasu pracy		40
Liczba punktów ECTS w zależności od przyjętego przelicznika		3

Bilans godzinowy zgodny z CNPS (Całkowity Nakład Pracy Studenta) - studia niestacjonarne:

liczba godzin w kontakcie z prowadzącymi	Wykład	
	Konwersatorium (ćwiczenia, laboratorium itd.)	15

	Pozostałe godziny kontaktu studenta z prowadzącym	1
liczba godzin pracy studenta bez kontaktu z prowadzącymi	Lektura w ramach przygotowania do zajęć	1
	Przygotowanie krótkiej pracy pisemnej lub referatu po zapoznaniu się z niezbędną literaturą przedmiotu	15
	Przygotowanie projektu lub prezentacji na podany temat (praca w grupie)	8
	Przygotowanie do egzaminu/zaliczenia	
Ogółem bilans czasu pracy		
Liczba punktów ECTS w zależności od przyjętego przelicznika		3