

# POLITECHNIKA KRAKOWSKA IM. TADEUSZA KOŚCIUSZKI

## KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów rozpoczynających studia w roku akademickim 2014/2015

Wydział Inżynierii Środowiska

Kierunek studiów: Ochrona Środowiska

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: stacjonarne

Kod kierunku: 3

Stopień studiów: I

Specjalności: Monitoring i zarządzanie środowiskiem

### 1 INFORMACJE O PRZEDMIOCIE

NAZWA PRZEDMIOTU	Metodyka studiowania
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Methodology of Studying
KOD PRZEDMIOTU	WIŚ OŚ oIS A7 14/15
KATEGORIA PRZEDMIOTU	przedmioty ogólne
LICZBA PUNKTÓW ECTS	1.00
SEMESTRY	2

### 2 RODZAJ ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	LABORATORIUM	LABORATORIUM KOMPUTERO- WE	PROJEKT	SEMINARIUM
2	0	15	0	0	0	0

### 3 CELE PRZEDMIOTU

**Cel 1** Wprowadzenie do zagadnień rozwoju osobistego i jego znaczenia w życiu człowieka, wewnętrzna integracja oraz uporządkowanie relacji międzyludzkich.

**Cel 2** Rozpoznawanie i radzenie sobie z emocjami.

**Cel 3** Optymalizacja efektów samokształcenia.

## 4 WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I INNYCH KOMPETENCJI

1 brak

## 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

**EK1 Wiedza** Funkcjonowanie umysłu: rodzaje pamięci, zapamiętywanie, przechowywanie i odtwarzanie informacji, nabywanie umiejętności.

**EK2 Wiedza** Podstawy uczenia się: style i metody uczenia się oraz techniki kreatywności.

**EK3 Umiejętności** Umiejętności: Rozpoznawanie własnych możliwości rozwojowych. Świadomość zarządzania karierą, czasem i stresem.

**EK4 Kompetencje społeczne** Współpraca w grupie i zaangażowanie w tworzenie wsparcia środowiskowego.

## 6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA		
LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
C1	Możliwości rozwoju osobistego i rozwoju zawodowego. Rynek pracy a zdobyte wykształcenie. Kształcenie przez całe życie. Nowoczesne sposoby organizacji życia: zarządzanie czasem, zarządzanie stresem, coaching.	3
C2	Funkcjonowanie umysłu: rodzaje pamięci, zapamiętywanie, przechowywanie i odtwarzanie informacji, nabywanie umiejętności. Kognitywistyka jako alternatywna metoda pracy nad sobą.	3
C3	Myslenie dywergencyjne: twórczość, inteligencja, osiągnięcia, kształtowanie kreatywnego myślenia, rodzaje myślenia.	3
C4	Emocjonalne podstawy uczenia się, style uczenia się, techniki kreatywności. Metody uczenia się: szybkie czytanie i zapamiętywanie, umiejętność koncentracji uwagi, strategie i style uczenia się, mapy myśli, aktywizacja myślenia.	3
C5	Zdrowie psychiczne a zagrożenia spowodowane uzależnieniami. Wypalenie zawodowe a stres. Planowanie własnej kariery a świadomość własnych możliwości i ograniczeń.	3

## 7 NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE

N1 Wykłady

N2 Ćwiczenia laboratoryjne

N3 Prezentacje multimedialne

N4 Dyskusja

N5 Praca w grupach

## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	15
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
<b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta</b>	15
<b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>	<b>30</b>
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1

## 9 SPOSOBY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

**F1** Ćwiczenie praktyczne

**F2** Projekt zespołowy

### OCENA PODSUMOWUJĄCA

**P1** Projekt

### KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3.0	Znajomość tematyki zajęć i znajomość podstawowych pojęć.
NA OCENĘ 3.5	Poprzednie kryteria oraz rozumienie kategorii problemowych.
NA OCENĘ 4.0	Poprzednie kryteria oraz zaliczenie ćwiczenia.
NA OCENĘ 4.5	Poprzednie kryteria oraz wykonanie mapy myśli.
NA OCENĘ 5.0	Poprzednie kryteria oraz wykonanie projektu własnego rozwoju.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3.0	Znajomość tematyki zajęć i znajomość podstawowych pojęć.
NA OCENĘ 3.5	Poprzednie kryteria oraz rozumienie kategorii problemowych.
NA OCENĘ 4.0	Poprzednie kryteria oraz zaliczenie ćwiczenia.
NA OCENĘ 4.5	Poprzednie kryteria oraz wykonanie mapy myśli.

NA OCENĘ 5.0	Poprzednie kryteria oraz wykonanie projektu własnego rozwoju.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3.0	Znajomość tematyki zajęć i znajomość podstawowych pojęć.
NA OCENĘ 3.5	Poprzednie kryteria oraz rozumienie kategorii problemowych.
NA OCENĘ 4.0	Poprzednie kryteria oraz zaliczenie ćwiczenia.
NA OCENĘ 4.5	Poprzednie kryteria oraz wykonanie mapy myśli.
NA OCENĘ 5.0	Poprzednie kryteria oraz wykonanie projektu własnego rozwoju.
EFEKT KSZTAŁCENIA 4	
NA OCENĘ 3.0	Znajomość tematyki zajęć i znajomość podstawowych pojęć.
NA OCENĘ 3.5	Poprzednie kryteria oraz rozumienie kategorii problemowych.
NA OCENĘ 4.0	Poprzednie kryteria oraz zaliczenie ćwiczenia.
NA OCENĘ 4.5	Poprzednie kryteria oraz wykonanie mapy myśli.
NA OCENĘ 5.0	Poprzednie kryteria oraz wykonanie projektu własnego rozwoju.

## 10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKT KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO SZCZEGÓŁOWYCH EFEKTÓW ZDEFINIOWANYCH DLA PROGRAMU	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_K01, K_K02, K_K03, K_K04, K_K05, K_K06, K_K07, K_K08, K_K09, K_K10	Cel 1	C2	N1 N2 N3 N4 N5	F1
EK2	K_K01, K_K02, K_K03, K_K04, K_K05, K_K06, K_K07, K_K08, K_K09, K_K10	Cel 1	C2 C3	N1 N2 N3 N4 N5	F1

EFEKT KSZTAŁCENIA	ODNIESIENIE DANEGO EFEKTU DO SZCZEGÓŁOWYCH EFEKTÓW ZDEFINIOWANYCH DLA PROGRAMU	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK3	K_K01, K_K02, K_K03, K_K04, K_K05, K_K06, K_K07, K_K08, K_K09, K_K10	Cel 2	C1 C4 C5	N2 N3 N4 N5	P1
EK4	K_K01, K_K02, K_K03, K_K04, K_K05, K_K06, K_K07, K_K08, K_K09, K_K10	Cel 3	C1 C2 C3 C4 C5	N2 N3 N4 N5	F2

## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA

[1 ] **G. Dryden** — *Revolucja w uczeniu*, Poznań, 2000, Moderski i S-ka

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA

[1 ] **E. Locke** — *Jak uczyć się efektywnie. Metody i motywacja*, Poznań, 2004, RK

[2 ] **B. Lucas** — *Twój umysł stać na więcej. Jak szybciej się uczyć i wydajniej pracować*, Poznań, 2005, Dom Wydawniczy Rebis

[3 ] **H. Hamer** — *Rozwój umiejętności społecznych*, Warszawa, 1999, Veda

### LITERATURA DODATKOWA

[1 ] Film: Świat Nauki: Tajniki ludzkiego umysłu

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Klaudia Węc (kontakt: claudiaw@poczta.onet.pl)

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

1 dr Klaudia Węc (kontakt: claudiaw@poczta.onet.pl)

## 13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejsowość, data)

(odpowiedzialny za przedmiot)

(dziekan)



**PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI** (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....