

AKADEMIA WSB											
Kierunek studiów: Psychologia											
Przedmiot: Techniki uczenia się											
Profil kształcenia: praktyczny											
Poziom kształcenia: studia jednolite magisterskie											
Liczba godzin w semestrze	1		2		3		4		5		
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	
Studia stacjonarne (w/ćw/lab/pr/e)*								24ćw			
Studia niestacjonarne (w/ćw/lab/pr/e)								16ćw			
JĘZYK PROWADZENIA PRZEDMIOTU	Polski										
WYKŁADOWCA	Dr Edyta Nowak-Żółty										
FORMA ZAJĘĆ	Ćwiczenia										
CELE PRZEDMIOTU	Celem nauczanego przedmiotu jest poznanie zasad zarządzania procesem uczenia się w myśl konstrukttywizmu, neupedagogiki i optymizmu poznawczego oraz rozwój kompetencji uczącego się dorosłego poprzez identyfikację poziomu kompetencji, konstruktywną informację zwrotną, trening koncentracji, pamięci, myślenia twórczego;										
Odniesienie do efektów uczenia się	Opis efektów uczenia się						Sposób weryfikacji efektu uczenia się				
Efekt kierunkowy	PRK										
WIEDZA											
Ps_W01 Ps_W02	P7S_WG	W pogłębionym stopniu – wybrane fakty i zjawiska oraz dotyczące ich metody wyjaśniające złożone zależności uczenia się, niezbędne do opanowania dowolnego obszaru treści w ramach wybranej dyscypliny naukowej						Dyskusja, obserwacja pracy w podgrupach, analiza oddanego projektu			
UMIEJĘTNOŚCI											
Ps_U01	P7S_UW	wykonywać zadania w ramach procesu uczenia się, w tym wykorzystać poznane metody i techniki, a także samodzielnie planować własne uczenie się przez całe życie.						Dyskusja, obserwacja pracy w podgrupach,			
KOMPETENCJE SPOŁECZNE											
Ps_K02	P7S_KK	Jest gotów do kultywowania poznanych sposobów uczenia się oraz podejmowania decyzji dotyczących własnego rozwoju.						Dyskusja, obserwacja pracy w podgrupach,			
Nakład pracy studenta (w godzinach dydaktycznych 1h dyd.=45 minut)**											
Stacjonarne udział w wykładach = udział w ćwiczeniach = 24h przygotowanie do ćwiczeń =13h przygotowanie do wykładu = przygotowanie do egzaminu/zaliczenia =10h realizacja zadań projektowych =						Niestacjonarne udział w wykładach = udział w ćwiczeniach = 16h przygotowanie do ćwiczeń = 15h przygotowanie do wykładu = przygotowanie do zaliczenia/egzaminu = 16h realizacja zadań projektowych =					

e-learning = zaliczenie/egzamin =1h inne (określ jakie) =2h (konsultacje) RAZEM: 50 Liczba punktów ECTS: 2 w tym w ramach zajęć praktycznych: 2	e-learning = zaliczenie/egzamin = 1h inne (określ jakie) = 2h (konsultacje) RAZEM: 50 Liczba punktów ECTS: 2 w tym w ramach zajęć praktycznych: 2
WARUNKI WSTĘPNE	
TREŚCI PRZEDMIOTU (z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning)	Treści realizowane w formie bezpośredniej: 1: Jak uczyć się dorośli? <ul style="list-style-type: none"> • Zarządzanie procesem uczenia się • Trening: rozpoznanie naturalnych predyspozycji: • Etapy procesu uczenia się • Metody uczenia się 2. Motywacja w procesie uczenia się <ul style="list-style-type: none"> • Arkusz samoobserwacji: Co mnie motywuje? 3. Koncentracja <ul style="list-style-type: none"> • Zakłócające – rozpraszające • Mechanizm koncentracji • Technika 20 do 5 • Trening koncentracji 4. Optymalizacja zapamiętywania <ul style="list-style-type: none"> • Metoda na pamięć • Optymalizacja zapamiętywania • Iluzja pamięci • Jak sobie pomóc? • Mapy skojarzeń/mapy myśli • Metoda Cornella – skuteczny sposób na efektywną naukę • Notatka blokowa 5. Planowanie <ul style="list-style-type: none"> • Rozłożenie zadań • SMART • Metoda Eisenhowera
LITERATURA OBOWIĄZKOWA	Brown C.P., Roediger H., McDaniel M. "Harvardzki poradnik skutecznego uczenia się", 2020; Buzan T., Pamięć na zawołanie, Łódź 2015.
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA (w tym min. 2 pozycje w języku angielskim; publikacje książkowe lub artykuły)	Colin R., Taraszkiewicz M. , Atlas efektywnego uczenia się, 2010; Dryden G., Vos J., Rewolucja w uczeniu, Zysk i S-ka, Poznań 2003; Goleman D., Inteligencja emocjonalna, 1997; Grębski M., Jak odnieść sukces na egzaminie, Ravi, Łódź 2000; Krop I., 1000 słów na minutę. Podręcznik do samodzielnej nauki szybkiego czytania, Studio Erika, Warszawa 2002; Lehrl S., Trening pamięci, Videograf II, Katowice 2000; Linksman R., W jaki sposób szybko się uczyć, Bivgenss, Warszawa 2001; książkowe lub artykuły) Lorayne H., Sekrety Superpamięci, Ravi, Łódź 1997; Rose C., Malcolm J. Nicholl, Ucz się szybciej, na miarę XXI wieku, Logos, Warszawa 2003; Rowntree D., Sztuka studiowania, Zysk i S-ka, Poznań 2001; Rudniański J., Jak się uczyć, WSiP, Warszawa 2001; Szmidt K.J., Trening kreatywności; Tajniki ludzkiego umysłu, Przegląd Reader's Digest, Warszawa 1997; Żylińska M., Neurodydaktyka. Nauczanie i uczenie się przyjazne mózgowi, Torun, 2013
PUBLIKACJE NAUKOWE OSÓB PROWADZĄCYCH	Edyta Nowak-Żółty, „Platforma e-learningowa jako narzędzie w nauczaniu zdalnym osób dorosłych”, Studia Edukacyjne, Wydawnictwo: Uniwersytetu Adama Mickiewicza,

ZAJĘCIA ZWIĄZANE Z TEMATYKĄ MODUŁU	Poznań, 2018r.
METODY NAUCZANIA (z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning)	W formie bezpośredniej: W formie e-learning:
POMOCE NAUKOWE	
PROJEKT (o ile jest realizowany w ramach modułu zajęć)	Cel projektu: Temat projektu: Forma projektu:
FORMA I WARUNKI ZALICZENIA (z podziałem na zajęcia w formie bezpośredniej i e-learning)	Warunkiem zaliczenia projektu jest indywidualne przygotowanie projektu w formie notatki graficznej dotyczącego znanych form i metod uczenia się oraz zapamiętywania treści.

* W-wykład, ćw- ćwiczenia, lab- laboratorium, pro- projekt, e- e-learning