



Karta przedmiotu

Nazwa i kod przedmiotu	STRATEGIE I TECHNIKI EFEKTYWNEGO UCZENIA SIĘ, PG_00070625						
Kierunek studiów	Zarządzanie inżynierskie						
Data rozpoczęcia studiów	październik 2026 r.		Rok akademicki realizacji przedmiotu		2026/2027		
Poziom kształcenia	I stopnia - inżynierskie		Grupa zajęć		Grupa zajęć obowiązkowych z zakresu kierunku studiów		
Forma studiów	stacjonarne		Sposób realizacji		na uczelni		
Rok studiów	1		Język wykładowy		polski		
Semestr studiów	1		Liczba punktów ECTS		1.0		
Profil kształcenia	ogólnoakademicki		Forma zaliczenia		zaliczenie		
Jednostka prowadząca	Wydziały Politechniki Gdańskiej -> Wydział Zarządzania i Ekonomii -> Administracja Wydziału Zarządzania i Ekonomii						
Imię i nazwisko wykładowcy (wykładowców)	Odpowiedzialny za przedmiot		mgr Alina Guzik				
	Prowadzący zajęcia z przedmiotu						
Formy zajęć	Forma zajęć	Wykład	Ćwiczenia	Laboratorium	Projekt	Seminarium	RAZEM
	Liczba godzin zajęć	0.0	15.0	0.0	0.0	0.0	15
	W tym liczba godzin zajęć na odległość: 0.0						
Aktywność studenta i liczba godzin pracy	Aktywność studenta	Udział w zajęciach dydaktycznych, objętych planem studiów		Udział w konsultacjach		Praca własna studenta	RAZEM
	Liczba godzin pracy studenta	15		3.0		7.0	25
Cel przedmiotu	Przygotowanie studentów do świadomego i efektywnego planowania oraz doskonalenia własnego procesu uczenia się poprzez stosowanie strategii i technik wspierających zapamiętywanie, rozumienie i transfer wiedzy, na bazie wiedzy z zakresu psychologii uczenia się i metodyki pracy umysłowej, oraz kształtowanie postaw związanych z odpowiedzialnością za własny rozwój i uczenie się przez całe życie w kontekście funkcjonowania w środowisku akademickim i zawodowym						
Efekty uczenia się przedmiotu	Efekt kierunkowy		Efekt z przedmiotu			Sposób weryfikacji i oceny efektu	
	[K6_U06] potrafi zdobywać wiedzę specjalistyczną z zakresu zarządzania inżynierskiego, wykazując umiejętność efektywnego planowania pracy indywidualnej oraz uczenia się przez całe życie.		potrafi planować i organizować proces zdobywania specjalistycznej wiedzy z zakresu kierunku studiów, stosując strategię i techniki efektywnego uczenia się, w tym formułowanie celów, dobór metod pracy indywidualnej oraz monitorowanie własnych postępów w uczeniu się przez całe życie			[SU4] Ocena umiejętności korzystania z metod i narzędzi	
	[K6_K03] jest gotów do oceniania krytycznie posiadanej wiedzy niezbędnej do rozwiązywania problemów poznawczych i praktycznych, oraz uzupełniania jej braków opiniami ekspertów zewnętrznych.		jest gotów do krytycznego oceniania posiadanej wiedzy i stosowanych strategii uczenia się w procesie rozwiązywania problemów poznawczych i praktycznych, w szczególności poprzez identyfikowanie własnych luk kompetencyjnych oraz korzystanie z opinii ekspertów i specjalistycznych źródeł w celu doskonalenia własnego procesu uczenia się			[SK5] Ocena umiejętności rozwiązywania problemów występujących w praktyce	

Treści przedmiotu	Treści przedmiotu - ćwiczenia 1. Wprowadzenie do procesu uczenia się oraz mechanizmów poznawczych związanych z przyswajaniem wiedzy 2. Różnice między uczeniem się pasywnym i aktywnym oraz ich wpływ na trwałość wiedzy 3. Strategie aktywnego uczenia się 4. Głębokie przetwarzanie informacji w procesie uczenia się 5. Mechanizmy zapominania oraz strategie długoterminowego utrwalania wiedzy 6. Strategie wydobywania wiedzy i uczenie się poprzez testowanie 7. Techniki efektywnego zapamiętywania i mnemotechniki 8. Metauczenie się i rozwijanie świadomości własnych strategii uczenia się 9. Typowe błędy poznawcze związane z uczeniem się 10. Wykorzystanie obrazów, skojarzeń i różnych kanałów poznawczych w uczeniu się 11. Rola motywacji w procesie uczenia się oraz pobudzanie ciekawości uśpionej 12. Wpływ stresu i emocji na proces uczenia się oraz sposoby regulacji napięcia poznawczego 13. Warunki sprzyjające koncentracji 14. Planowanie procesu uczenia się w czasie oraz strategię rozłożonych powtórek 15. Zarządzanie czasem, energią poznawczą i środowiskiem uczenia się 16. Samoregulacja i budowanie nawyków uczenia się 17. Wykorzystanie narzędzi cyfrowych (w tym AI) wspierających proces uczenia się		
Wymagania wstępne i dodatkowe			
Sposoby i kryteria oceniania osiągniętych efektów uczenia się	Sposób oceniania (składowe)	Próg zaliczeniowy	Składowa oceny końcowej
	Raport indywidualny	60.0%	60.0%
	Zadania realizowane na zajęciach	60.0%	40.0%
Zalecana lista lektur	Podstawowa lista lektur	1. Brown P. C., Chabrajska D., McDaniel M. A., Roediger H. L. 2016. Harvardzki poradnik skutecznego uczenia się. Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax. 2. Daniel L. Schwartz, Jessica M. Tsang, Kristen P. Blair, 2017 Jak się uczymy? 26 naukowo potwierdzonych mechanizmów, Wydawnictwo Naukowe PWN 3. Gołębiowska-Szychowska, Szychowski Ł. 2019. Powiem ci, jak się uczyć. Przewodnik dla ambitnych nauczycieli i rodziców 4. Robert M. Martin. 2024. Metody efektywnej nauki. Praktyczny podręcznik, Sensus 5. Dehaene S. 2022., Jak się uczymy? Dlaczego mózgi uczą się lepiej niż komputery... jak dotąd. Copernicus Center Press 6. Leitner S. 2011., Naucz się uczyć. Cztery Głowy	
	Uzupełniająca lista lektur	1. Kotarski R., 2017. Włam się do mózgu, Altenberg 2. Boral B., Boral T., 2022., Techniki zapamiętywania. Ucz się od mistrzów pamięci!, Samo Sedno 3. Young, S. H., 2024., Zostań ultrasamoukiem. Jak opanować twarde umiejętności w zadziwiająco krótkim czasie, Sensus 4. Pool R., Anders E., 2020., Droga na szczyt. Jak ćwiczyć, aby osiągnąć mistrzowską biegłość w dowolnej dziedzinie. Freedom Publishing 5. Oakley B., Rogowsky B., Sejnowski T., J., 2021., Naucz się nauczania, Sensus 6. Boser U., 2017., Learn Better, Rodale Books	
	Adresy eZasobów		
Przykładowe zagadnienia/ przykładowe pytania/ realizowane zadania	- Analiza własnych strategii uczenia się oraz identyfikacja czynników sprzyjających i utrudniających uczenie się - Porównanie pasywnych i aktywnych metod uczenia się na przykładzie wybranego materiału - Projektowanie pytań testowych wspierających uczenie się poprzez wydobywanie wiedzy - Analiza typowych błędów poznawczych związanych z oceną własnej wiedzy - Identyfikacja czynników wpływających na koncentrację i efektywność uczenia się - Zastosowanie wybranych technik zapamiętywania i mnemotechnik w nauce nowych informacji - Opracowanie planu powtórek wykorzystującego strategię rozłożonej nauki w czasie		
Zajęcia praktyczne w ramach przedmiotu	Nie dotyczy		

Dokument wygenerowany elektronicznie. Nie wymaga pieczęci ani podpisu.