

## Opis zajęć (syllabus): Techniki pracy umysłowej

|                               |                                 |             |          |
|-------------------------------|---------------------------------|-------------|----------|
| Nazwa zajęć:                  | <b>Techniki pracy umysłowej</b> | <b>ECTS</b> | <b>3</b> |
| Nazwa zajęć w j. angielskim:  | Mental work techniques          |             |          |
| Zajęcia dla kierunku studiów: | <b>Turystyka i Rekreacja</b>    |             |          |

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| Język wykładowy: <b>polski</b>                        |  | Poziom studiów: <b>1</b>                |   |
| Forma studiów:<br><b>stacjonarne i niestacjonarne</b> | Status zajęć:<br><b>kierunkowy - do wyboru</b> | Numer semestru:<br><b>semestr letni</b> |   |
| Rok akademicki, od którego obowiązuje opis (rocznik): |  | <b>2019/2020</b>                        | Numer katalogowy:<br><b>EKR-TU-1SZ-X-88-KF-2019</b> |

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| Koordinator zajęć:                                   | <b>Dr Marcin Ratajczak</b>  |  |   |
| Prowadzący zajęcia:                                  | <b>Dr Marcin Ratajczak</b>  |  |   |
| Jednostka realizująca:                               | <b>Instytut Zarządzania</b>   |  |   |
| Jednostka zlecająca:                                 | <b>Wydział Ekonomiczny</b>  |  |   |
| Założenia, cele i opis zajęć:                        | <p>a. Upowszechnienie kultury pracy umysłowej, opanowanie podstawowych umiejętności potrzebnych w procesie studiowania i uczenia się.<br/> b. Przybliżenie niekonwencjonalnych metod uczenia się.<br/> c. Zapoznanie z technikami ułatwiającymi proces uczenia się.</p> <p><b>Wykład</b><br/> Podstawowe zasady pracy umysłowej studenta: kreatywność ludzka, poszukiwanie rozwiązań, szczęście, wzbudzenie ciekawości. Główne elementy sztuki twórczego myślenia i pracy umysłowej występujące u studentów: poszukiwanie pomysłów, umiejętne czytanie i notowanie, skuteczne korzystanie z ukrytych pokładów umysłu. Zastosowanie pracy umysłowej w praktyce (rebusy logiczne, zagadki umysłowe, iluzje). Mapy myśli – mind mapping (przygotowanie projektów przez studentów). Czynniki sytuacyjne warunkujące pracę studenta: sen, odpoczynek, odżywianie się, ubiór, miejsce do nauki, nauka na uczelni, nauka własna, inne obowiązki życiowe. Psychologiczne uwarunkowania pracy umysłowej studenta: pamięć, uwaga, myślenie, mowa, motywacja, emocje, zdolności, zainteresowania, doświadczenia. Mózg i jego funkcjonowanie – podstawowe informacje dla studentów na temat funkcjonowania półkul mózgowych, lateralizacji itp.; czynniki poprawiające pracę mózgu. Korzystanie z różnych źródeł informacji przez studentów.</p> <p><b>Cwiczenia</b><br/> Student jako odbiorca treści w przekazie bezpośrednim: notowanie – zapis wykładu, ćwiczeń, dyskusji i inne. Student jako odbiorca informacji w przekazie pośrednim: studiowanie, korzystanie z książki, notatek itp. Praca studenta z książką: słowo drukowane (podział), czytanie, czytanie ze zrozumieniem, szybkie czytanie. Przekaz informacji przez studenta: rozmowa, dyskusja, referat, streszczenie, prezentacja.</p> |  |   |
| Formy dydaktyczne, liczba godzin:                    | a. wykład - liczba godzin: stacj: 20, niestacj. 12<br>b. ćwiczenia audytoryjne - liczba godzin: stacj: 10, niestacj. 4  |  |   |
| Metody dydaktyczne:                                  | dyskusja, rozwiązywanie problemu, konsultacje, studium przypadku, indywidualne projekty studenckie, zespołowe projekty studenckie   |  |   |
| Wymagania formalne i założenia wstępne:              | Nie dotyczy.  |  |   |
| Efekty uczenia się:                                  | <b>Wiedza - Zna i rozumie:</b><br>1. Ma podstawową wiedzę o człowieku, w szczególności w kontekście pracy umysłowej.<br>2. Ma podstawową wiedzę z dziedziny nauk ekonomicznych i ich relacji do innych nauk.  | <b>Umiejętności - Potrafi:</b><br>3. Analizuje proponowane rozwiązania konkretnych problemów pracy umysłowej i przedstawia odpowiednie rozstrzygnięcia.<br>4. Potrafi zaprezentować wyniki badań wraz z uzasadnieniem. | <b>Kompetencje - Jest gotów do:</b><br>5. Potrafi współdziałać i pracować w zespole, przyjmując w nim różne role. |
| Sposób weryfikacji efektów uczenia się:              | ocena wykonania zadania projektowego (efekty: 1,2,3,4,5), ocena aktywności w trakcie zajęć (efekty: 1,2,3,4,5)  |  |   |
| Forma dokumentacji osiągniętych efektów uczenia się: | złożone projekty  |  |   |
| Elementy i wagi mające wpływ na ocenę końcową:       | ocena wykonania zadania projektowego - 90%, ocena aktywności w trakcie zajęć - 10%  |  |   |
| Miejsce realizacji zajęć:                            | Sala dydaktyczna.   |  |   |

Literatura podstawowa i uzupełniająca:

- 1.1. Adair J., 2008. Sztuka twórczego myślenia, Kraków.
- 2.2. Leviton R., 2001. Jak zwiększyć moc mózgu. Metody, techniki i ćwiczenia podwyższające sprawność umysłu, Warszawa.
- 3.3. Szubrawski M., 2004. Pamięć. Trening interaktywny, Łódź.
4. Kuziak M., Rzepczyński S., 2002. Jak pisać? Warszawa.
5. Brothers J., Eagan E.P.R., 2000. Pamięć doskonała w 10 dni. Skuteczny trening, Warszawa.

Uwagi:  
lw+, ver-lw, ogólne

**Wskaźniki ilościowe charakteryzujące moduł/przedmiot:**

Szacunkowa sumaryczna liczba godzin pracy studenta (kontaktowych i pracy własnej) niezbędna dla osiągnięcia zakładanych dla zajęć efektów uczenia się - na tej podstawie należy wypełnić pole ECTS: **70/67**

Łączna liczba punktów ECTS, którą student uzyskuje na zajęciach wymagających bezpośredniego udziału nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia: **1.8/1.28 ECTS**

**Tabela zgodności kierunkowych efektów uczenia się z efektami przedmiotu:**

| Kategoria efektu | Efekty uczenia się dla zajęć:   | Odniesienie do efektów dla programu studiów dla kierunku | Oddziaływanie zajęć na efekt kierunkowy*) |
|------------------|---|--|---|
| Wiedza           | 1. Ma podstawową wiedzę o człowieku, w szczególności w kontekście pracy umysłowej.                                    | TR1_KW04   | 2   |
|                  | 2. Ma podstawową wiedzę z dziedziny nauk ekonomicznych i ich relacji do innych nauk.                                  | TR1_KW03   | 2   |
| Umiejętności     | 3. Analizuje proponowane rozwiązania konkretnych problemów pracy umysłowej i przedstawia odpowiednie rozstrzygnięcia. | TR1_KU01   | 2   |
|                  | 4. Potrafi zaprezentować wyniki badań wraz z uzasadnieniem.   | TR1_KU05   | 2   |
| Kompetencje      | 5. Potrafi współdziałać i pracować w zespole, przyjmując w nim różne role.  | TR1_KK03   | 2   |
|                  |   |  |   |

\*) 3 - zaawansowany i szczegółowy, 2 - znaczący, 1 - podstawowy