



Sylabus w roku akademickim 2020/2021

Opis przedmiotu kształcenia

Nazwa modułu/przedmiotu	Jak skutecznie planować swój czas?	Grupa szczegółowych efektów kształcenia	
		Kod grupy D	Nazwa grupy Nauki behawioralne i społeczne z elementami profesjonalizmu.
Wydział	Lekarski		
Kierunek studiów	Lekarski		
Specjalności	Nie dotyczy		
Poziom studiów	jednolite magisterskie X* I stopnia <input type="checkbox"/> II stopnia <input type="checkbox"/> III stopnia <input type="checkbox"/> podyplomowe <input type="checkbox"/>		
Forma studiów	X stacjonarne X niestacjonarne		
Rok studiów	I – IV	Semestr studiów:	X zimowy – do wyboru X letni – do wyboru
Typ przedmiotu	<input type="checkbox"/> obowiązkowy <input type="checkbox"/> ograniczonego wyboru X wolny wybór/ fakultatywny		
Rodzaj przedmiotu	<input type="checkbox"/> kierunkowy X podstawowy		
Język wykładowy	<input type="checkbox"/> polski X angielski <input type="checkbox"/> inny		

* zaznaczyć odpowiednio, zamieniając na X

Liczba godzin

Forma kształcenia

Jednostka realizująca przedmiot	Wykłady (WY)	Seminaria (SE)	Ćwiczenia audytoryjne (CA)	Ćwiczenia kierunkowe - niekliniczne (CN)	Ćwiczenia kliniczne (CK)	Ćwiczenia laboratoryjne (CL)	Ćwiczenia w warunkach symulowanych (CS)	Zajęcia praktyczne przy pacjencie (PP)	Ćwiczenia specjalistyczne - magisterskie (CM)	Lektoraty (LE)	Zajęcia wychowania fizycznego-obowiązkowe (WF)	Praktyki zawodowe (PZ)	Samokształcenie (Czas pracy własnej studenta)	E-learning (EL)
Semestr zimowy:														
Katedra i Zakład Medycyny Społecznej		10											3	
Semestr letni														
Katedra i Zakład Medycyny Społecznej		10											3	
Razem w roku:														
		10											3	

Cele kształcenia: (max. 6 pozycji)

C1. Wzrost świadomości studenta w zakresie własnych ograniczeń w efektywnym wykorzystaniu czasu.

C2. Pogłębienie umiejętności organizacji stałego dokształcania się.

Macierz efektów kształcenia dla modułu/przedmiotu w odniesieniu do metod weryfikacji zamierzonych efektów kształcenia oraz formy realizacji zajęć:

Numer efektu kształcenia przedmiotowego	Numer efektu kształcenia kierunkowego	Student, który zaliczy moduł/przedmiot wie/umie/potrafi	Metody weryfikacji osiągnięcia zamierzonych efektów kształcenia (formujące	Forma zajęć dydaktycznych ** wpisz symbol
---	---------------------------------------	---	--	--



W 01	D.W22	Student poznaje mechanizm kształtowania się nowych dyscyplin medycznych.	i podsumowujące) Dyskusja, test	SE
W 02	D.W12	Student zna rolę stresu w etiopatogenezie i przebiegu chorób oraz mechanizmy radzenia sobie ze stresem wynikającym z braku czasu.	Dyskusja, test	SE
U 01	D.U16	Student potrafi wykazywać odpowiedzialność za podnoszenie swoich kwalifikacji i przekazywanie wiedzy innym.	Odpowiedź ustna	SE
U 02	D. U7	Student potrafi angażować pacjenta w proces terapeutyczny.	Odpowiedź ustna	SE
** WY - wykład; SE - seminarium; CA - ćwiczenia audytoryjne; CN - ćwiczenia kierunkowe (niekliniczne); CK - ćwiczenia kliniczne; CL - ćwiczenia laboratoryjne; CM – ćwiczenia specjalistyczne (mgr); CS - ćwiczenia w warunkach symulowanych; LE - lektoraty; zajęcia praktyczne przy pacjencie - PP; WF - zajęcia wychowania fizycznego (obowiązkowe); PZ- praktyki zawodowe; SK – samokształcenie, EL- E-learning.				
Proszę ocenić w skali 1-5 jak powyższe efekty lokują państwa zajęcia w działach: przekaz wiedzy, umiejętności czy kształtowanie postaw: Wiedza: 5 Umiejętności: 5				
Nakład pracy studenta (bilans punktów ECTS):				
Forma nakładu pracy studenta (udział w zajęciach, aktywność, przygotowanie itp.)			Obciążenie studenta (h)	
1. Godziny kontaktowe:			10	
2. Czas pracy własnej studenta (samokształcenie):			3	
Sumaryczne obciążenie pracy studenta			13	
Punkty ECTS za moduł/przedmiotu			0,5	
Uwagi				
Treść zajęć: (proszę wpisać hasłowo tematykę poszczególnych zajęć z podziałem na formę zajęć dydaktycznych, pamiętając, aby przekładała się ona na zamierzone efekty kształcenia)				
Wykłady				
Seminaria				
1. Pojęcie zarządzania sobą w czasie według PEP - Programu Osobistej Efektywności (4 godz.).				
2. Ćwiczenia z zakresu ustalania priorytetów (analiza ABC) (2 godz.)				
3. Ćwiczenia z zakresu wyznaczania celów (zasada SMART) (2 godz.).				
4. Planowanie działań zgodnie z wybranymi narzędziami (macierz Eisenhowera) (2 godz.).				
Ćwiczenia				
Inne				
Literatura podstawowa: (wymienić wg istotności, nie więcej niż 3 pozycje)				
1. Time Management from the Inside Out: The Foolproof System for Taking Control of Your Schedule-- and Your Life by <u>Julie Morgenstern</u> , 2004, Holt Paperbacks				
2. <u>Planning Your Time Perfectly</u> by <u>Fiona Swanson</u> , 2014, Kindle book				
Wymagania dotyczące pomocy dydaktycznych: Rzutnik multimedialny, laptop				
Warunki wstępne: Brak warunków wstępnych				
Warunki uzyskania zaliczenia przedmiotu: Obecność na zajęciach. Czynny udział w dyskusjach. Uzyskanie minimum 60% punktów z testu zaliczeniowego. Każda nieobecność musi być odrobiona, łącznie z dniami rektorskimi i godzinami dziekańskimi.				
Ocena:		Kryteria oceny: (tylko dla przedmiotów/modułów kończących się egzaminem)		
Bardzo dobra		Uzyskanie 91-100% punktów z testu zaliczeniowego, czynny udział w prezentacji		



(5,0)	indywidualnej i grupowej
Ponad dobra (4,5)	Uzyskanie 85-90% punktów z testu zaliczeniowego, czynny udział w prezentacji grupowej
Dobra (4,0)	Uzyskanie 76-84% punktów z testu zaliczeniowego
Dość dobra (3,5)	Uzyskanie 66-75% punktów z testu zaliczeniowego
Dostateczna (3,0)	Uzyskanie 60-65% punktów z testu zaliczeniowego

Nazwa i adres jednostki prowadzącej moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

Katedra i Zakład Medycyny Społecznej, 50-345 Wrocław, ul. Bujwida 44
tel. 71 3282145
email : agnieszka.cieslak@umed.wroc.pl

Koordynator / Osoba odpowiedzialna za moduł/przedmiot, kontakt: tel. i adres email

dr n. med. Dagmara Gaweł-Dąbrowska
tel. 71 3282145
email: dagmara.gawel-dabrowska@umed.wroc.pl

Wykaz osób prowadzących poszczególne zajęcia: Imię i Nazwisko, stopień/tytuł naukowy lub zawodowy, dziedzina naukowa, wykonywany zawód, forma prowadzenia zajęć.

dr n. med. Dagmara Gaweł-Dąbrowska – starszy wykładowca - seminaria

Data opracowania sylabusu
28.05.2020

Sylabus opracował(a)
Dagmara Gaweł-Dąbrowska

Podpis Kierownika jednostki prowadzącej zajęcia

Podpis Dziekana właściwego wydziału

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
Wydział Lekarski
Prodziekan ds. kształcenia i rozwoju Angielskim
prof. dr hab. Beata Sobieszcańska

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu

KATEDRA I ZAKŁAD
MEDYCYN Y SPOŁECZNEJ

Kierownik

dr hab. n. med. Katarzyna Zatońska, prof. nadzw.

