*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 12/2019*

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia 2020-2023**

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2021-2022

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Zarządzanie czasem |
| Kod przedmiotu\* | P1S[4]F\_04 |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek | Kolegium Nauk Społecznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Kolegium Nauk Społecznych |
| Kierunek studiów | Praca socjalna |
| Poziom studiów | I stopnia |
| Profil | ogólnoakademicki |
| Forma studiów | stacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | Rok 2, semestr IV |
| Rodzaj przedmiotu | fakultatywny |
| Język wykładowy | Jęz. polski |
| Koordynator | Barbara Marek-Zborowska |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | Krzysztof Jamroży |

\* *-opcjonalni*e, *zgodnie z ustaleniami w Jednostce*

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | **Liczba pkt. ECTS** |
| IV |  |  | 30 |  |  |  |  |  | 2 |

1.2. Sposób realizacji zajęć

x zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

Zaliczenie z oceną

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Podstawowe wiadomości z zakresu socjologii i psychologii ogólnej, rozwojowej oraz społecznej. |

3. cele, efekty uczenia się , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Student zdobywa wiadomości z zakresu organizacji i zarządzania czasem. |
| C2 | Student posiada wiedzę dotycząca elementów zarządzania czasem. |
| C3 | Student umie zarządzać pracą własną i podległego zespołu oraz odpowiednio gospodarować czasem pracy. |

**3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu | Odniesienie do efektów kierunkowych [[1]](#footnote-1) |
| EK­\_01 | Student zna ścieżki projektowania własnego rozwoju w obszarze pracy socjalnej. | K\_W14 |
| EK\_02 | Analizuje i uzasadnia ludzkie zachowania, ich motywy. | K\_U12 |
| EK\_03 | Inicjuje działania na rzecz interesu publicznego. | K\_K02 |
| EK\_04 | Wykorzystuje zdobytą wiedzę do rozstrzygania kwestii etycznych pojawiających się w pracy zawodowej. | K\_K03 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
|  |

1. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| Zajęcia organizacyjne. Omówienie podstawowej literatury i warunków zaliczenia. Podstawowe zagadnienia z zakresu zarządzania czasem. |
| Czas w naszym życiu. Odczuwanie czasu. Kontinuum czasowe. Pozyskiwanie czasu. Podnoszenie osobistej efektywności. |
| Elementy zarządzania czasem: określenie celu, planowanie, podejmowanie decyzji, realizacja, kontrola. |
| Metody i techniki zarządzania czasem. Podstawowe zasady zarządzania czasem. |
| „Pożeracze” czasu. Zdefiniowanie problemu. |
| Praca. Pojęcie i funkcje pracy w życiu człowieka. Istota zarządzania, przywództwo. |
| Czas w pracy. Czas w organizacjach. Elastyczne formy czasu pracy. Praca menedżerów. |
| Awans, kariera, sukces. Kariery i ich uwarunkowania. |
| Metody planowania kariery. |
| Zarządzanie samym sobą. |
| Mocne i słabe strony. |
| Czas wolny i sposoby jego wykorzystania. |

3.4 Metody dydaktyczne

Konwersatorium: wykład z prezentacją multimedialną, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach (dyskusja).

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | Metody oceny efektów uczenia się  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | Forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw, …) |
| ek\_ 01 | kolokwium | konwersatorium |
| Ek\_ 02 | obserwacja w trakcie zajęć | konwersatorium |
| ek\_ 03 | obserwacja w trakcie zajęć | konwersatorium |
| Ek\_ 04 | obserwacja w trakcie zajęć | konwersatorium |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| Zaliczenie na podstawie aktywności na zajęciach i w 60 proc. ocena z kolokwium. |

**5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS**

|  |  |
| --- | --- |
| **Forma aktywności** | **Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności** |
| Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów | 30 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | 5 |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta  (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | 15 |
| SUMA GODZIN | 50 |
| **SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS** | 2 |

*\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.*

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

|  |  |
| --- | --- |
| wymiar godzinowy | --- |
| zasady i formy odbywania praktyk | --- |

7. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:  Bieniok H., *Zarządzanie czasem. Poradnik dla mało efektywnych*, Warszawa 2010.  Drucker P.F.(red.) *Zarządzanie w XXI wieku*, Warszawa2010.  Hołtyn H., *Czas w życiu i w pracy*, Warszawa 2012.  *Zarządzanie czasem*, Harvard Business Essentials, Warszawa 2006.  Sztompka P., *Socjologia,* Kraków 2002. |
| Literatura uzupełniająca:  Adamiec M., Kożusznik B., *Sztuka zarządzania sobą*, Warszawa 2001.  Marek-Zborowska B., *Kobiety sukcesu i ich kariery w województwie podkarpackim*, Rzeszów 2016.  Seiwert L., *Zarządzanie czasem. Bądź panem własnego losu*, Warszawa 1998.  Tracy B., *Zarządzanie czasem*, Warszawa 2009.  [Adamiec](http://www.ksiegarnia-ekonomiczna.com.pl/modules.php?name=Sklep&plik=lista&nazwa=osoba&id=1415&hthost=1&store_id=2&store_id=2) M.,  Kożusznik B., *Sztuka zarządzania sobą*, Warszawa 2001. |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

1. W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela. [↑](#footnote-ref-1)