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

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia 2021-2024**

*(skrajne daty*)

Rok akademicki 2022/2023

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 | Krzysztof Jamroży |
| 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: ”Wstępu do socjologii”, „Psychologii ogólne i rozwojowej” oraz „Psychologii 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 potrafi projektować własny rozwój w oparciu o  koncepcje teoretyczne, metody i techniki zarządzania czasem. | K\_W14 |
| EK\_02 | Student w oparciu o analizuję wykorzystania czasu przez jednostki umie uzasadniać ludzkie zachowania oraz ich motywy. | K\_U12 |
| EK\_03 | Student jest gotów inicjować działania na rzecz interesu publicznego wykorzystując techniki zarządzania czasem. | K\_K02 |
| EK\_04 | Student jest gotów wykorzystać zdobytą wiedzę do rozstrzygania kwestii etycznych oraz podejmowania decyzji pod presją czasu. | K\_K03 |

**3.3 Treści programowe**

1. Problematyka wykładu

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

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

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| 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. |
| Podstawowe zasady zarządzania czasem. |
| Metody i techniki zarządzania czasem. |
| „Pożeracze” czasu. zdefiniowanie problemu. |
| Czas w pracy. Czas w organizacjach. |
| Elastyczne formy czasu pracy. Praca menedżerów. |
| Metody planowania kariery zawodowej. |
| Zarządzanie samym sobą. |
| Czas wolny i sposoby jego wykorzystania. |

3.4 Metody dydaktyczne

*Konwersatorium: wykład z prezentacją multimedialną, analiza tekstów z dyskusją, praca w grupach (dyskusja), warsztaty z zarządzania czasem, gry dydaktyczne.*

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 | prezentacja multimedialna, obserwacja w trakcie zajęć | konw. |
| Ek\_ 02 | prezentacja multimedialna, obserwacja w trakcie zajęć | konw. |
| ek\_ 03 | obserwacja w trakcie zajęć | konw. |
| Ek\_ 04 | obserwacja w trakcie zajęć | konw. |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| **Elementy składowe zaliczenia:**  1. Ocena za przygotowanie i omówienie prezentacji – 100 %  2. Aktywność na zajęciach i udział w dyskusji – dodatkowo maksymalnie do 10% (procenty nie są dodawane w przypadku osiągnięcia wyniku 100% w pkt. 1).  Łączna suma punktów procentowych (%) uzyskanych z każdego zadania cząstkowego, będzie ostatecznie odnoszona do skali z oceną finalną (od 2.0 do 5.0), która jest załączona poniżej:  • 91% - 100% (5.0)  • 82% - 90% (4.5)  • 73% - 81% (4.0)  • 64% - 72% (3.5)  • 55% - 63% (3.0)  • poniżej 55% (2.0).  Sposób oceny prezentacji:  *Ocena merytoryczna:*  1) Ocena treści prezentacji – od 0 do 6 pkt.  2) Sporządzenie właściwej bibliografii (wykorzystanie zalecanych książek + własne poszukiwanie źródeł) – od 0 do 1 pkt  3) Zawarte dane dotyczące autorów, miejsca wystąpienia, afiliacji i tytułu prezentacji – od 0 do 1 pkt  *Ocena techniczna:*  1) Prawidłowa struktura prezentacji (wstęp, rozwinięcie z uwzględnieniem omawianych kategorii - podrozdziały, podsumowanie z wnioskami ) – od 0 do 3 pkt.  2) szata graficzna – od 0 do 1 pkt  3) Czytelność prezentacji (czytelna, wyjustowana czcionka) – od 0 do 2 pkt.  Łącznie można uzyskać 14 pkt, co daje 100% oceny zaliczeniowej.  Plagiat jest równoznaczny z uzyskaniem wyniku 0 pkt. w sekcjach: 1-3. |

**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 | Nie dotyczy |
| zasady i formy odbywania praktyk | Nie dotyczy |

7. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:  Bąk-Grabowska D., Cierniak-Emerych A., Florczyk M., Zając Cz. (2020). *Elastyczne formy zatrudnienia i organizacji czasu pracy : stan obecny i perspektywy.* Wrocław: Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu.  Giddens A. (2017*). Socjologia*. Wydawnictwo Naukowe PWN.  Hołtyn H. (2012).*Czas w życiu i w pracy*. Warszawa: Wydawnictwo Key Text .  Muncy J. (2017). *Czas to skarb : 24 zasady zarządzania czasem*. Warszawa: Wydawnictwo Studio Emka.  Prasołek M. (2018). *Zarządzanie czasem pracy przez menedżerów : planowanie i rozliczanie czasu pracy zespołu*. Warszawa: C. H. Beck.  Zdaniewicz M. (2016). *Zarządzanie czasem wolnym w warunkach współczesnej cywilizacji*. Zielona Góra : Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego. |
| Literatura uzupełniająca:  Binsztok A., Niski M. (2017). *Czasologia, czyli jak efektywnie zarządzać sobą i zespołem na drodze do sukcesu*. Gliwice: Helion.  Chapman S. W., Rupured M.*10 strategies for better time management.* University of Georgia.  Knapp J., Zeratsky J. (2019). *Zarządzaj swoim czasem: jak skupiać się na tym, co najważniejsze*. Gliwice: Helion.  Marek-Zborowska B. (2016). *Kobiety sukcesu i ich kariery w województwie podkarpackim*, Rzeszów: Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego. |

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)