

**KARTA KURSU**  
(realizowanego w module obowiązkowym)  
**Pedagogika (2 st. stacjonarne, semestr pierwszy)**

Nazwa	Projektowanie rozwoju osobistego
Nazwa w j. ang.	<i>Designing of Development</i>

Koordynator	dr Agnieszka Domagała-Kręcioch	Zespół dydaktyczny
		dr Agnieszka Domagała-Kręcioch
Punkcja ECTS*	2	

Opis kursu (cele kształcenia)

Celem kształcenia jest zapoznanie z metodami wspomaganie rozwoju. Przygotowanie do planowania i realizacji projektów dotyczących własnego rozwoju. Przygotowanie do konstruktywnej analizy i modyfikacji własnych działań.

Efekty uczenia się

	Efekt kształcenia dla kursu	Odniesienie do efektów dla specjalności (określonych w karcie programu studiów dla modułu specjalnościowego)
Wiedza	W1-Zna terminologię związaną z metodami projektowania rozwoju;	W01
	W2-Posiada specjalistyczną wiedzę w zakresie indywidualnych predyspozycji;	W01
	W3-Ma elementarną wiedzę na temat projektowania ścieżki własnego rozwoju.	W01

	Efekt kształcenia dla kursu	Odniesienie do efektów dla specjalności (określonych w karcie programu studiów dla modułu specjalność)
Umiejętności	U1- Potrafi zaplanować własną ścieżkę rozwoju;	U01
	U2- Potrafi dokonać konstruktywnej analizy własnych działań i wskazać ewentualne obszary modyfikacji w przyszłym działaniu;	U01
	U3-Posiada umiejętność autoprezentacji.	U01

	Efekt kształcenia dla kursu	Odniesienie do efektów dla specjalności (określonych w karcie programu studiów dla modułu specjalnościowego)
Kompetencje społeczne		

	K1-Potrafi nawiązać prawidłowe relacje interpersonalne w różnych grupach społecznych; K2-Potrafi wyznaczać bliskie i dalekosiężne cele; K3-Jest przygotowany do dokonywania wglądu i oceny ścieżki własnego rozwoju.	K02 K02 K02
--	--	-------------------

Organizacja										
Forma zajęć	Wykład (W)	Ćwiczenia w grupach								
		A		K		L		S		P
Liczba godzin		15								
15										

#### Opis metod prowadzenia zajęć

Dyskusja, drama, warsztaty, metoda indywidualnego przypadku, praca z tekstem, projekt edukacyjny

#### Formy sprawdzania efektów kształcenia

	E – learning	Gry dydaktyczne	Ćwiczenia w szkole	Zajęcia terenowe	Praca laboratoryjna	Projekt indywidualny	Projekt grupowy	Udział w dyskusji	Referat	Praca pisemna (esej)	Egzamin ustny	Egzamin pisemny	Inne
W 1						x	x						
W 2		x					x						
W 3							x	x					
U 1						x	x						
U2						x							
U3						x							
K1		x						x					
K2		x				x	x						
K3						x		x					

Kryteria oceny	Zaliczenia ćwiczeń – prowadzenie warsztatów i projektu motywacyjnego
----------------	--

Uwagi	
-------	--

#### Treści merytoryczne (wykaz tematów)

Ćwiczenia:  
 Planowanie i zarządzanie sobą w czasie – 2h  
 Osobisty potencjał/Pasja– 2 h  
 Zarządzanie talentami. Koncentracja na mocnych stronach – 2h  
 Diagnoza własnych zasobów; kompetencje społeczne w wymiarze społecznym, intymnym i asertywności oraz empatii- 2h  
 Projektowanie kariery w wymiarze indywidualnym– 2h

Motywacja w życiu – 2h

Prowadzenie warsztatów – 3h

#### Wykaz literatury podstawowej

Karwala S., *Mentoring jako strategia wspierająca wszechstronny rozwój osobisty*, Nowy Sącz 2009  
*Projekty osobiste - samoregulacja ukierunkowana na rozwój*, [w:] Niedźwieńska A. (red.)  
*Samoregulacja w poznaniu i działaniu*, wyd. UJ, Kraków 2008  
Konrad S., Hendl C., *Inteligencja emocjonalna*, Videograf, Katowice, 2000  
Babel J., *Motywacja : droga do sukcesu*, Benefit IP, Warszawa 2013  
Cannon, J., *Zarządzanie talentami i planowanie ścieżek karier*, ABC a Wolters Kluwer business, Warszawa 2012  
Hutter H., *Zarządzanie czasem: na co nie warto tracić czasu – sposoby rozpoznawania, jak umiejętnie zaplanować czynności*, Warszawa, 2008  
Łączek T. *Sukces życiowy w społeczeństwie osiągnięć*. (2023). Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach. <https://doi.org/10.25951/10584>  
Adamiec M., Kożusznik B., *Sztuka zarządzania sobą*, Warszawa 2001  
*Motywacja : dialog, zniechęcenie, priorytety, coaching, ciekawość, satysfakcja, wolontariat*, Centrum Kształcenia Liderów i Wychowawców im. Pedro Arrupe, Gdynia 2012

#### Wykaz literatury uzupełniającej

Domagała-Kręcioch, A. (2023). Błędy w cieniu sukcesu życiowego. W *Sukces życiowy w społeczeństwie osiągnięć* (s. 49–65). Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach.  
Herr, E. L., *Planowanie kariery zawodowej*, Krajowy Urząd Pracy, Warszawa 2001.  
Kelly-Plate J., *Zaplanuj karierę*. Ćwiczenia, Gdańsk 1998  
Covey S., *7 nawyków skutecznego działania*, Poznań 2006  
Kelly-Plate J., *Zaplanuj karierę*, Gdańsk 1998  
Kozyra B., *Zarządzanie sobą. Zrozum siebie i zrealizuj marzenia*, Warszawa 2015  
Simon S.B., Hawley R.C., Britton D.D., *Kryształizacja wartości. Ćwiczenia pisemne dla rozwoju osobowego*, Toruń–Poznań 1992  
Cydejko E., *Planowanie kariery*, Warszawa 2007

#### Bilans godzinowy zgodny z CNPS (Całkowity Nakład Pracy Studenta)

Ilość godzin w kontakcie z prowadzącymi	Wykład	
	Konwersatorium (ćwiczenia, laboratorium itd.)	15
	Pozostałe godziny kontaktu studenta z prowadzącym	
Ilość godzin pracy studenta bez kontaktu z prowadzącymi	Lektura w ramach przygotowania do zajęć	15
	Przygotowanie krótkiej pracy pisemnej lub referatu po zapoznaniu się z niezbędną literaturą przedmiotu	
	Przygotowanie projektu lub prezentacji na podany temat (praca w grupie)	20
	Przygotowanie do egzaminu	
Ogółem bilans czasu pracy		50
Ilość punktów ECTS w zależności od przyjętego przelicznika		2

