

Spis treści

PODRĘCZNIK UMIEJĘTNOŚCI STUDIOWANIA	/ 9	Utrwalanie osiągnięć	/ 50
Siedem sposobów uczenia się	/ 12	Rozwijanie portfolio	/ 51
Czego oczekuję od wyższej uczelni?	/ 14	Podsumowanie	/ 52
Rozdział 1		Rozdział 3	
Przygotowania do studiów	/ 15	Inteligencja a nauka	/ 53
Ubieganie się o przyjęcie na uczelnię	/ 16	„Czy jestem wystarczająco inteligentny, aby studiować na wyższej uczelni?”	/ 54
Czy jestem gotowy na rozpoczęcie wyższych studiów?	/ 17	Dziewięć różnych poglądów na inteligencję	/ 55
Czego się spodziewać po studiach wyższych	/ 18	Co to jest „uczenie się”?	/ 60
Samodzielna nauka	/ 20	Sześć warunków uczenia się	/ 62
Inna nauka, inne uczenie	/ 21	Optymalne uczenie się	/ 65
Samodzielna nauka: korzyści, wyzwania, zagrożenia	/ 22	Podsumowanie	/ 66
Rodzaje e-edukacji	/ 23	Rozdział 4	
Podstawy e-edukacji	/ 24	Strategia K-R-E-A-M uczenia się	/ 67
Udana e-edukacja	/ 25	Odnaleźć w sobie kreatywną żyłkę	/ 68
Podstawy zdrowej i bezpiecznej e-edukacji	/ 26	Zostań profesorem oraz inne pomysły	/ 69
Umiejętności i rozwój osobisty	/ 27	Kreatywność w procesie uczenia się	/ 70
Rok studenta	/ 28	Jaki jest mój styl nauki?	/ 71
Czego się od Ciebie oczekuje?	/ 29	Refleksyjne uczenie się	/ 73
Obawy i materiały	/ 30	Jak mi idzie?	/ 74
Rady na obawy	/ 31	Dziennik refleksji nad nauką	/ 75
Studenckie doświadczenia	/ 32	Perfekcjonizm a skuteczność	/ 76
Jakie są moje indywidualne możliwości?	/ 33	Skuteczne uczenie się	/ 78
Osiem spraw, które możesz zrobić, zanim rozpocznesz studia	/ 34	Zabrać się do nauki	/ 79
Podsumowanie	/ 36	Kiedy, jak i gdzie?	/ 80
Rozdział 2		Organizacja przestrzeni do nauki	/ 81
Identyfikacja umiejętności	/ 37	Zarządzanie czasem	/ 82
Pięć składowych umiejętności z zakresu studiowania	/ 38	Skuteczne prowadzenie kalendarza	/ 83
Umiejętności i zdolności na dziś dzień	/ 39	Dziesięć sugestii co do oszczędzania czasu	/ 85
Aktualne zdolności i umiejętności	/ 41	Czas nauki	/ 86
Zamiana osobistych umiejętności w umiejętności z zakresu studiowania	/ 42	Gdzie ucieka czas?	/ 87
Sztuka studiowania: priorytety, poziom 1	/ 43	Koło czasu	/ 88
Sztuka studiowania: priorytety, poziom 2	/ 44	Zarządzanie czasem	/ 89
Sztuka studiowania: plan działania	/ 45	Organizator porządku zajęć	/ 90
Monitorowanie rozwoju umiejętności	/ 46	Organizacja pracy według terminów	/ 91
Profil osobisty	/ 47	Wykorzystanie komputerów do skutecznej nauki	/ 92
Przekładalne i miękkie umiejętności zawodowe	/ 48	Umiejętności organizacyjne przydatne w nauce z użyciem komputera	/ 93
Zamiana umiejętności akademickich na przekładalne i miękkie umiejętności zawodowe	/ 49	Jak są przechowywane informacje w komputerze ...	/ 94
		Aktywne uczenie się	/ 95
		Nacisk na działanie!	/ 96
		Strategie aktywnego uczenia się	/ 97
		Uczenie się z motywacją	/ 98
		Co mam do osiągnięcia na studiach?	/ 99

Spis treści

Kierowanie strategią nauki zgodnie z pożądanymi efektami	/ 100
Osiąganie pożądaných efektów	/ 102
Strategia K-R-E-A-M	/ 103
Podsumowanie	/ 104

Rozdział 5

Praca w grupie	/ 105
Zajęcia grupowe	/ 106
Metody pracy w grupie	/ 107
Umiejętność prowadzenia dyskusji i słuchania	/ 108
Prezentacja argumentów	/ 109
Od czego zależy współdziałanie grupy?	/ 110
Skuteczny członek grupy	/ 111
Radzenie sobie w trudnych dla grupy chwilach	/ 112
Dyskryminacja, uprzedzenia i niesprawiedliwość ..	/ 113
Postępowanie w przypadku niesprawiedliwej dyskryminacji	/ 114
Radzenie sobie z niesprawiedliwą dyskryminacją	/ 115
Jaki jest mój udział w pracy grup i seminariów?	/ 116
Sieci pomocy naukowej	/ 117
Dzielenie się pracą, ale nie ściąganie	/ 118
Prezentacja lub wystąpienie	/ 119
Jak skutecznie prowadzę prezentację	/ 121
Świadomość obecności słuchaczy	/ 122
Podsumowanie	/ 122

Rozdział 6

Umiejętności naukowe	/ 123
Określenie zadania	/ 123
Optymalne korzystanie z biblioteki	/ 124
Wyszukiwanie informacji w bibliotece	/ 125
Optymalne korzystanie z Internetu	/ 126
Określenie i wybór właściwych informacji	/ 128
Czy jestem inteligentnym czytelnikiem	/ 129
Praca nad rozumieniem czytanego tekstu	/ 131
Poprawa tempa czytania	/ 132
Notowanie	/ 134
Jak bardzo przydają ci się notatki?	/ 135
Style notowania	/ 136
Skracanie czasu notowania	/ 138
Łatwość notowania	/ 139
Plagiat	/ 141
Przypisy	/ 143
Podawanie przypisów	/ 144
Wypisywanie pozycji bibliograficznych	/ 145

Maksymalne korzystanie z wykładów	/ 146
Notatki z wykładu: strona tytułowa	/ 147
Rozwiązywanie problemów	/ 148
Zajęcia praktyczne i laboratoryjne	/ 149
Podsumowanie	/ 150

Rozdział 7

Pisanie na studiach	/ 151
Jak dobrze radzę sobie z organizacją zadań pisemnych?	/ 152
Pisanie dla lękliwych	/ 153
Praca nad poprawą pisania	/ 154
Lęki związane z pisanem	/ 154
Podobieństwa między pisanem akademickim a innymi czynnościami	/ 155
Przewycięzanie blokady pisarskiej	/ 156
Sposoby na rozpoczęcie	/ 157
Jak studenci radzą sobie z blokadą pisarza	/ 158
Eseje i inne teksty akademickie	/ 159
Siedmiopunktowy sposób postępowania przy pracach pisemnych	/ 160
Analiza tytułu	/ 162
Akademickie słowa klucze używane w tytułach	/ 163
Wymyślanie własnego tytułu do eseju	/ 164
Cechy wspólne wszystkich tekstów akademickich	/ 165
Struktura tekstu pisanego	/ 166
Organizowanie informacji: planowanie pisania	/ 167
Struktura eseju	/ 168
Planowanie pracy pisemnej	/ 169
Etapy planowania	/ 170
Piramidy pojęć organizują myśli	/ 171
Plany esejów jako piramidy	/ 173
Pisanie kolejnych wersji	/ 175
Akapity	/ 176
Sprawdzanie akapitów	/ 178
Łączenie pomysłów i idei w całość	/ 179
Edycja szkicu wstępnego	/ 180
Edycja ukończonego szkicu	/ 181
Oprawa estetyczna i edytorska twojego tekstu	/ 182
Preferencje czytelnika	/ 183

Rozdział 8

Jak doskonalić pisanie	/ 185
Konwencje stylistyczne w literaturze naukowej	/ 185
Jak pisać jasno	/ 187
Stosowanie faktów, poglądów i argumentów	/ 187

Spis treści

Pisanie na rozmaite tematy	/ 188	Rozdział 11	
Alternatywy dla modelu naukowego	/ 190	Pamięć	/ 247
Biegunowo różne naukowe metody	/ 191	Indywidualny styl zapamiętywania	/ 248
Przegląd stylów pisania	/ 192	Znajdź własny styl zapamiętywania	/ 249
Tekst opisowy	/ 193	Popraw swą pamięć	/ 250
Teksty dyskursywne/analityczne	/ 194	Wykorzystywanie mózgu	/ 251
Schemat dyskursywnego eseju	/ 195	Trójjedyny mózg	/ 252
Teksty oceniające/analityczne	/ 196	Etapy procesu pamiętania	/ 254
Schemat eseju porównującego i zestawiającego ...	/ 198	Sugestie dotyczące kodowania wielorakiego	/ 256
Wykorzystywanie osobistych doświadczeń	/ 199	Pamięć rozkwita dzięki organizacji	/ 259
Za co dostaje się dobre stopnie	/ 200	Piramidy, schematy notatek i obrazy	/ 260
Korzystanie z informacji zwrotnej od nauczycieli ...	/ 201	„Blokowanie” informacji	/ 261
Jaki jest esej?	/ 202	Podsumowanie	/ 262
Podsumowanie	/ 206		
Rozdział 9		Rozdział 12	
Projekty, rozprawy,		Powtarzanie oraz egzaminy	/ 263
raporty i monografie	/ 207	Na czym polega powtarzanie materiału?	/ 264
Co to jest projekt?	/ 208	Skuteczne powtarzanie materiału	/ 265
Co to jest praca semestralna?	/ 209	Strategie powtarzania materiału	/ 267
Wybór tytułu	/ 210	Powtórka i przygotowania do egzaminu	/ 268
Opracowanie strategii badawczej	/ 211	Powtórka: siedmiopunktowy plan działania	/ 269
Konstruowanie kwestionariuszy	/ 213	Wczesne przygotowania do egzaminu	/ 270
Metody prowadzenia rozmów	/ 215	Egzaminy	/ 271
Prezentacja i analiza danych	/ 216	Na egzaminie	/ 272
Charakterystyka raportów	/ 217	Dobre wyniki na egzaminach	/ 273
Struktura raportów	/ 218	Strategia egzaminacyjna	/ 274
Pisanie raportu: początek	/ 219	Radzenie sobie ze stresem	/ 275
Pisanie raportu: część główna	/ 220	Wykorzystanie stresu	/ 276
Pisanie raportu: zakończenie, rekomendacje, streszczenia	/ 221	Podsumowanie	/ 278
Raport: układ, prezentacja i styl	/ 222		
Lista punktów do sprawdzenia przy projektach i pracach semestralnych	/ 223	Rozdział 13	
Plan działań podczas pisania pracy semestralnej ...	/ 224	Zaplanuj swoje następne posunięcie	/ 279
Studia przypadku	/ 226	Osiągnięcia w sztuce studiowania	/ 280
Pisanie studium przypadku	/ 227	Ocena osiągnięć	/ 286
Podsumowanie	/ 228	Zaplanuj swoją przyszłość	/ 287
		Praca nad rozwojem osobistym rozpoczęta	/ 288
Rozdział 10		Planowanie kariery	/ 289
Krytyczne myślenie analityczne	/ 229	Przygotowanie do pracy zawodowej	/ 290
Rozwiń w sobie umysł detektywa	/ 230	Nauka przez całe życie?	/ 293
Krytyczne myślenie analityczne	/ 238	Co dalej? Umiejętności dające powodzenie	/ 294
Myślenie krytyczne w pisaniu	/ 239	Objaśnienie celów osobistych	/ 297
Teksty krytyczno-analityczne a teksty opisowe	/ 240	Plan działania dla celów PRO	/ 298
Identyfikacja tekstów krytycznych i opisowych	/ 241		
Komentarze do ćwiczeń	/ 243	Lista lektur zalecanych	/ 300
Podsumowanie	/ 246	Literatura źródłowa	/ 301