# Самоосвіта: Як навчитися вчитися?

кафедра загальної педагогіки та педагогіки вищої школи

***Семестр:***6 - й ***Обсяг дисципліни: загальна кількість годин*** - ***90 (кредитів ЄКТС –3);аудиторні години - 32 (лекції - 16 , семінарські - 16)***

***Лектор:*** доц. Лещак Теодор Володимирович ***(ел. адреса*** [*teodor.leshchak@lnu.edu.ua*](mailto:teodor.leshchak@lnu.edu.ua))

***Результати навчання:***

***знати:***

етапи роботи з інформацією, що її здійснює мозок людини; базові принципи і закономірності цієї роботи; внутрішні і зовнішні чинники, що на неї впливають; принципи і закономірності організації навчального часу і навчального простору; методики оптимального сприйняття візуальної та аудіальної інформації; методики запам’ятовування різних типів інформації.

***вміти:***враховувати здобуті знання при організації власного процесу навчання; планувати процес опанування необхідними знаннями відповідно до обсягу інформації для засвоєння та доступного часового ресурсу; вдало організовувати та гнучко реорганізовувати свій навчальний простір; оптимально сприймати друкований і озвучений текст; ефективно запам’ятовувати різнорідну інформацію; мотивувати себе для регулярного саморозвитку і самоосвіти упродовж всього життя.

***Анотація навчальної дисципліни:***

Мета викладання навчального курсу “Самоосвіта: як ефективно навчатися” – допомогти студентам навчитися ефективно організовувати процес власної самоосвіти, опираючись на здобуті в ході вивчення курсу базові психологічні та дидактичні знання. Студенти зможуть засвоїти основні ланки перетворення інформації на шляху до знань, оптимізувати в часі проходження цих ланок і на виході отримувати результат, максимально наближений до бажаного. Також вони розрізнятимуть види когнітивних упереджень (спотворень), отримають практичні поради щодо оптимальної організації навчального часу і простору, навчаться використовувати сучасні методики опанування і запам’ятовування візуальної та іншої інформації.

***Рекомендована література:***

1. Оклі Б. Навчитися вчитися. Як запустити свій мозок на повну. Київ: Наш формат. 2019. Електронна версія. 2020.
2. Горслі К. Пам'ять без обмежень. Потужні стратегії запам’ятовування. Київ: Наш Формат, 2019.
3. Аллен Д. Як впорядкувати справи. Мистецтво продуктивності без стресу. Київ: КМ-Букс, 2018.
4. Фріт К. Формування мозку. Харків: Клуб Сімейного Дозвілля, 2019.
5. Сігман М. Таємне життя розуму. Харків: Vivat, 2018.
6. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків: Vivat, 2019.
7. Канеман Д. Мислення швидке й повільне. Київ: Наш Формат, 2017, 2019.
8. Камп П. Прорив у швидкості читання. Київ: Наш формат. 2018.
9. Браун П., Редігер Г., Макденіел М. Засіло в голові. Наука успішного навчання. Київ: наш Формат, 2019.
10. Зінссер В. Текст ПексШмекс. Магія переконливих текстів. Київ : Наш Формат, 2018.
11. Маккеон Ґ. Есенціалізм. Мистецтво визначати пріоритети. Київ : Наш Формат, 2021.
12. Бурка Дж., Юен E. Прокрастинація. Чому ви вдаєтеся до неї і що можна зробити із цим вже сьогодні. Львів : Вид-во Старого Лева, 2018.

***Форми та методи навчання:***мозковий штурм, кейс-метод, метод ситуаційних вправ, бесіда, дискусія, рефлексія, групова робота, спільна творча справа, тренінг.

***Форма звітності:*** залік

***Мова навчання:*** українська

Розглянуто на засіданні кафедри «\_23\_» січня 2024 р. Протокол № 6

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ проф. Квас О.В.

Затверджено на Вченій раді факультету «\_08\_» лютого 2024 р. Протокол № 7

В.о. декана факультету педагогічної освіти \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ доц. Герцюк Д.Д