



Pamięć absolutna – jak pamiętać, żeby nie zapomnieć

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2026/2027
Wydział	Lekarski
Kierunek studiów	Lekarski
Dyscyplina wiodąca	Nauki medyczne
Profil studiów	Ogólnoakademicki
Poziom kształcenia	Jednolite magisterskie
Forma studiów	Stacjonarne i niestacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Fakultatywny
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Zaliczenie
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Informatyki Medycznej i Telemedycyny ul. Litewska 16, 00-581 Warszawa, III piętro tel. (+48) 22 116 92 43 e-mail: zimt@wum.edu.pl
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr hab. n. med. Andrzej Cacko; andrzej.cacko@wum.edu.pl
Koordynator przedmiotu	Dr hab. n. med. Andrzej Cacko; andrzej.cacko@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	Lek. Joanna Michalik; joanna.michalik@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr hab. n. med. Andrzej Cacko; andrzej.cacko@wum.edu.pl Lek. Joanna Michalik; joanna.michalik@wum.edu.pl

2. INFORMACJE PODSTAWOWE

Rok i semestr studiów	Rok: IV, Semestr: zimowy i letni		Liczba punktów ECTS	2.00
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS	
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim				
wykład (W)				
seminarium (S)				
ćwiczenia (C)				
e-learning (e-L)		30	1.2	
zajęcia praktyczne (ZP)				
praktyka zawodowa (PZ)				
Samodzielna praca studenta				
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń		20	0.8	

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Poznanie zasad i technik szybkiego uczenia się i zapamiętywania
C2	Przygotowanie środowiska do nauki
C3	Poznanie efektywnych ćwiczeń poprawiających zdolności percepcji
C4	Radzenie sobie ze stresem
C5	Tworzenie relacji interpersonalnych

4. STANDARD KSZTAŁCENIA – SZCZEGÓŁOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Symbol i numer efektu uczenia się zgodnie ze standardami uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent* zna i rozumie:	
D.W1.	społeczny wymiar zdrowia i choroby, wpływ środowiska społecznego (rodziny, sieci relacji społecznych) i nierówności społecznych oraz społeczno-kulturowych różnic na stan zdrowia, a także rolę stresu społecznego w zachowaniach zdrowotnych i autodestrukcyjnych.
Umiejętności – Absolwent* potrafi:	
B.U10.	korzystać z baz danych, w tym internetowych, i wyszukiwać potrzebne informacje za pomocą dostępnych narzędzi.

5. POZOSTAŁE EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy – Absolwent zna i rozumie:	
W1	techniki uczenia się i zapamiętywania
Umiejętności – Absolwent potrafi:	
U1	planować własną aktywność edukacyjną i stale dokształcać się w celu aktualizacji wiedzy
U2	inspirować proces uczenia się innych osób
U3	komunikować się ze współpracownikami w zespole i dzielić się wiedzą
Kompetencji społecznych – Absolwent jest gotów do:	
K1	dostrzegania i rozpoznawania własnych ograniczeń oraz dokonywania samooceny deficytów i potrzeb edukacyjnych
K2	formułowania wniosków z własnych pomiarów lub obserwacji

6. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Seminaria	S1 – Seminarium 1 – Standardowy i naukowy mózg. e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S2 – Seminarium 2 – Środowisko do nauki. e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S3 – Seminarium 3 – Czy prokrastynacja to lenistwo? e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S4 – Seminarium 4 – Jak nie zapomnieć i jak sobie przypomnieć? e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S5 – Seminarium 5 – Różne techniki uczenia się. Która jest najlepsza? e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S6 – Seminarium 6 – Uporządkuj kłębiące się myśli - mind mapping. e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S7 – Seminarium 7 – Czym jest mnemotechnika? Ogólne zasady mnemotechniki. Zaliczenie seminariów 1-7: test podsumowujący (elektroniczny). e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S8 – Seminarium 8 – Warsztaty z mnemotechniki (1): Łańcuchowa Metoda Skojarzeń – podstawowa technika mnemoniczna. Warsztat obowiązkowy. e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
	S9 – Seminarium 9 – Warsztaty z mnemotechniki (2): System zakładek obrazkowych. Warsztat do wyboru. e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2

S10 – Seminarium 10 – Warsztaty z mnemotechniki (3): Pałac pamięci. e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2
S11 – Seminarium 11 – Warsztaty z mnemotechniki (4): PAO i kilka innych technik mnemonicznych. e-learning asynchroniczny, Platforma eWUM, wskazane tygodnie	D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2

7. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Materiały do zajęć opublikowane na na platformie e-WUM
2. Andrzej Bubrowiecki: Popraw swoją pamięć. Wyd. Muza. 2006

Uzupełniająca

1. Geoffrey A. Dudley: Jak podwoić skuteczność uczenia się. Warszawa: Medium, 1994
2. Krzysztof Galos: Mentalizm - kompendium wiedzy. WikiBooks, 2013

8. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2	Wykonanie zadań i aktywności e-learningowych, w tym jeden obowiązkowy i jeden wybrany warsztat	Zaliczenie e-zajęć – uzyskanie co najmniej 51% punktów we wskazanych zadaniach i aktywnościach e-learningowych.
D.W1., B.U10., W1, U1,U2, U3, K1, K2	Test podsumowujący (elektroniczny) – pytania dotyczące materiałów seminariów 1-7.	Uzyskanie co najmniej 51% punktów. Ocena końcowa to ocena z testu podsumowującego oraz seminariów. Zakres ocen: 2,0 (ndst) – do 51% pkt. 3,0 (dst) – powyżej 51%-60%, 3,5 (ddb) – powyżej 60%-70%, 4,0 (db) – powyżej 70%-80%, 4,5 (pdb) – powyżej 80%-90%, 5,0 (bdb) – powyżej 90% pkt.

9. INFORMACJE DODATKOWE

Fakultet jest realizowany w semestrze zimowym lub letnim. Student może zapisać się tylko na jedną edycję fakultetu.
Minimalna liczba studentów wymagana do rozpoczęcia fakultetu w semestrze to 20 osób.
W każdej edycji fakultetu może brać udział dowolna liczba studentów (brak górnego limitu).

Terminy zajęć

W semestrze zimowym (edycja 1) od 19 października 2026. Fakultet będzie zakończony 24 stycznia 2027.
W semestrze letnim (edycja 2) od 29 lutego 2027. Fakultet będzie zakończony 6 czerwca 2027.

Wszystkie tematy zajęć realizowane są na platformie e-learningowej Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego eWUM (e-learning.wum.edu.pl).

Przed rozpoczęciem fakultetu każdy student ma obowiązek sprawdzić, czy może się zalogować na Platformę WUM. W razie problemów proszę kontaktować się z osobą odpowiedzialną za działanie platformy (e-learning@wum.edu.pl).

Problemy techniczne występujące w ramach fakultetu, pytania oraz wnioski należy zgłaszać do osoby prowadzącej: Joanna Michalik; joanna.michalik@wum.edu.pl.

Kurs składa się z siedmiu seminariów online, testu podsumowującego będącego zaliczeniem seminariów 1-7, jednego warsztatu obowiązkowego online oraz trzech warsztatów do wyboru, spośród których student realizuje co najmniej jeden. Materiały są publikowane sekwencyjnie.

Każdy uczestnik ma trzy podejścia do testu podsumowującego. Zalicza wyższa ocena.

Ocena z fakultetu jest wystawiana na podstawie oceny uzyskanej w teście podsumowującym oraz oceny z zadania realizowanego w warsztacie wybranym przez studenta. Ostateczna ocena to średnia obu ocen, przy czym żadna z ocen nie może być oceną niedostateczną.

W przypadku braku możliwości wykonania testu podsumowującego w wyznaczonym terminie, student przesyła mailem na adres osoby prowadzącej przedmiot wniosek o usprawiedliwienie nieobecności. Student zobowiązany jest wysłać wniosek najpóźniej w ciągu trzech [3] dni po terminie zaistnienia okoliczności uniemożliwiających wykonanie testu podsumowującego. Niedostarczenie wniosku we wskazanym terminie skutkuje uznaniem nieobecności za nieusprawiedliwioną. Późniejsze dostarczenie usprawiedliwienia jest dopuszczalne w sytuacji, gdy student nie mógł go dostarczyć z uzasadnionych przyczyn; wówczas dokument powinien być dostarczony z chwilą ustania przyczyny nieobecności.

Nieobecność nieusprawiedliwiona na teście podsumowującym stanowi podstawę do wpisania niezaliczenia przedmiotu w danym terminie.

W przypadku usprawiedliwionej nieobecności na teście podsumowującym, studentowi przysługuje prawo do zaliczenia w kolejnym przewidzianym przez jednostkę terminie.

W przypadku uzyskania oceny niedostatecznej studentowi przysługuje prawo do dwóch terminów zaliczeń poprawkowych. Jeśli student nie zaliczy przedmiotu w ostatnim wyznaczonym terminie przez jednostkę w danym roku akademickim, student nie uzyskuje zaliczenia zajęć z tego przedmiotu.

Przy Zakładzie działa Studenckie Koło Naukowe Informatyki Medycznej i Telemedycyny

– opiekun: Maciej Janusz Krajsman (kontakt: maciej.krajsman@wum.edu.pl)

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie <http://zimit.wum.edu.pl/studenckie-kolo-naukowe/>

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich