



Силабус курсу Самоменеджмент

Ступінь вищої освіти – магістр
Галузь знань – 07 «Управління та адміністрування»
Спеціальність – 073 «Менеджмент»
Освітньо-наукова програма - «Міжнародний менеджмент»
Рік навчання: I, Семестр: III
Дисципліна вільного вибору

Кількість кредитів: 5 Мова викладання: українська

Керівник курсу

ППП

к.філол.н., доц. Батрин Наталія Володимирівна

Контактна інформація nbatryn@gmail.com

Опис дисципліни

Предметом дисципліни «Самоменеджмент» є аналіз критеріїв ефективного самоменеджменту та визначення ціннісних орієнтирів особистості. Метою викладання дисципліни є оволодіння теоретичними знаннями й практичними навичками з питань особистісного розвитку особистості; формування в студентів індивідуальних особливостей і поведінкових навичок, розвиток вміння організувати особисту працю. Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни вивчення є визначення особистісних цінностей та цілей менеджера; управління саморозвитком особистості; розвинення навичок ефективного керівництва.

Структура курсу

Тема	Результати навчання	Завдання
Тема 1. Самоменеджмент як наука. Мета, предмет та задачі дисципліни.	Знати понятійний апарат дисципліни; – критерії ефективного самоменеджменту; – методи планування особистої роботи	Тестові завдання, учбові ситуації, кейси, дискусії
Тема 2. Методики самоменеджменту.	Знати та застосовувати базові інструменти управління поведінкою людей на індивідуальному, груповому та організаційному рівнях.	Тестові завдання, учбові ситуації, кейси, дискусії

Тема 3. Саморганізація та самодисципліна .	Використовувати сучасний інструментарій самоорганізації та самодисципліни.	Тестові завдання, учбові ситуації, кейси, дискусії
Тема 4. Самомотивація.	Уміти розробляти мотиваційний механізм діяльності в організації; механізм формування функціональної поведінки в організації.	Тестові завдання, учбові ситуації, кейси, дискусії
Тема 5. Управління особистим часом (тайм-менеджмент)	Планувати особистий розвиток і управляти часом.	Тестові завдання, учбові ситуації, кейси, дискусії, презентації
Тема 6. Управління емоційним станом особистості (стрес-менеджмент)	Здійснювати моніторинг ефективності та результативності управління емоційним станом.	Тестові завдання, учбові ситуації, кейси, дискусії, презентації

Літературні джерела

1. BatrynN. Self-Management. [Electronic Resource]. – Ternopil: TNEU, 2020.
2. Freeth, P. Ther Value of Positive Thinking. Retrieved from <https://bookboon.com/en/keep-moving-the-value-of-positive-thinking-ebook>
3. Lissansky, A. Expert Talk, Career Planning. Retrieved from <https://bookboon.com/en/expert-talk-career-planning-ebook>
4. Personal Development Skills. MDT Training. Retrieved from <https://bookboon.com/en/personal-development-skills-ebook>.
5. Self-management skills. Retrieved from <https://ncert.nic.in/vocational/pdf/iees102.pdf>

Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** перездача модулів здійснюється з дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
- **Політика щодо академічної доброчесності:** списування під час контрольних робіт заборонено (включаючи використання мобільних пристроїв).
- **Політика щодо відвідування:** Правила відвідування: відвідування занять є обов'язковою складовою оцінювання. З об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування та інші) навчання може проходити онлайн з дозволу адміністрації університету.

Оцінювання

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) визначається як середньозважена величина, в залежності від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Заліковий модуль 1	Заліковий модуль 2	Заліковий модуль 3
30%	40%	30%
1. Усне опитування (тестування) на заняттях: 3 теми по 10 балів – макс. 30 балів. 2. Письмова робота – макс. 70 балів.	1. Усне опитування (тестування) на заняттях: 3 теми по 10 балів – макс. 30 балів. 2. Письмова робота – макс. 70 балів.	1. Підготовка КПЗ – макс. 40 балів. 2. Захист КПЗ – макс. 20 балів. 3. Участь у тренінгах – макс. 40 балів.

Шкала оцінювання студентів:

ECTS	Бали	Зміст
A	90-100	відмінно
B	85-89	добре
C	75-84	добре
D	65-74	задовільно
E	60-64	достатньо
FX	35-59	незадовільно з можливістю повторного складання
F	1-34	незадовільно з обов'язковим повторним курсом