



## СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «САМОМЕДЖМЕНТ»

Компонента освітньої програми – вибіркова (3 кредити)

<b>Освітньо-професійна програма</b>	Підприємництво, торгівля та біржова діяльність
<b>Спеціальність</b>	076 Підприємництво та торгівля
<b>Галузь знань</b>	07 «Управління і адміністрування»
<b>Рівень вищої освіти</b>	третій (освітньо-науковий) (доктор філософії)
<b>Мова навчання</b>	українська
<b>Профайл викладача</b>	Антохов Андрій Анатолійович - доктор економічних наук, професор, професор кафедри економічної теорії, менеджменту і адміністрування <a href="https://econom.chnu.edu.ua/kafedry-ekonomichnogo-fakultetu/kafedra-menedzhmentu-ekonomichnoyi-teo/kolektyv-kafedry">https://econom.chnu.edu.ua/kafedry-ekonomichnogo-fakultetu/kafedra-menedzhmentu-ekonomichnoyi-teo/kolektyv-kafedry</a>
<b>Контактний тел.</b>	+38050 3747666
<b>Е-mail:</b>	<a href="mailto:a.antochov@chnu.edu.ua">a.antochov@chnu.edu.ua</a>
<b>Сторінка курсу в Moodle</b>	<a href="https://moodle.chnu.edu.ua/course/view.php?id=1647">https://moodle.chnu.edu.ua/course/view.php?id=1647</a>
<b>Консультації</b>	вівторок та середа з 13.00 до 15.00

### АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

“Самоменеджмент” ґрунтується на знаннях, отриманих здобувачами у ході вивчення більшості дисциплін, що належать як до обов’язкової, та і до вибіркової компонент ОП. Дисципліна «Самоменеджмент» забезпечує у визначальній мірі якісну підготовку спеціалістів з питань особистісного розвитку менеджера; формування у студентів індивідуальних особливостей та поведінкових навичок, які необхідні майбутньому керівнику; розвиток у майбутніх менеджерів умінь організувати особисту працю. Наука про самоуправління є сучасною економічною наукою, яка покликана забезпечувати розвиток ефективного системного мислення керівника з метою оптимального, раціонального використання власного робочого часу і часу підлеглих працівників для покращення як власної роботи, так і роботи всього колективу.

Мета навчальної дисципліни “Самоменеджмент” - є оволодіння теоретичними знаннями і практичними навичками з питань особистісного розвитку менеджера; формування у студентів індивідуальних особливостей та поведінкових навичок, які необхідні майбутньому керівнику; розвиток у майбутніх менеджерів умінь організувати особисту працю.

Вивчення дисципліни «Самоменеджмент» забезпечує опанування таких загальних компетентностей, як знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності, здатність до адаптації та дії в новій ситуації, здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). Вивчення дисципліни «Самоменеджмент» забезпечує опанування таких фахових компетентностей, як здатність діяти соціально відповідально і свідомо використовуючи сучасні знання при формуванні лідерських якостей та поведінкових навичок для ефективного планування діяльності організації та управління часом.

### **НАВЧАЛЬНИЙ КОНТЕНТ ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ**

<b>МОДУЛЬ I. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПЛАНУВАННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ МЕНЕДЖЕРА</b>	
<b>Тема 1</b>	Методичні підходи до самоменеджменту
<b>Тема 2</b>	Планування особистої роботи менеджера
<b>Тема 3</b>	Організовування діяльності менеджера
	<b>МОДУЛЬ II. ФОРМУВАННЯ ЕФЕКТИВНИХ ЯКОСТЕЙ МЕНЕДЖЕРА ТА ЙОГО САМОРОЗВИТОК.</b>
<b>Тема 5</b>	Самотивування та самоконтроль менеджера
<b>Тема 6</b>	Формування якостей ефективного менеджера
<b>Тема 7</b>	Розвиток менеджерського потенціалу

### **ОСВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ, ФОРМИ ТА МЕТОДИ МЕТОДИ НАВЧАННЯ**

*Кейс-метод:* Ця технологія полягає в вивченні реальних ситуацій та прийнятті рішень на основі аналізу цих кейсів. Вона дозволяє студентам виробити аналітичні навички та здатність застосовувати теоретичні знання до практичних завдань.

*Практичні методи:* Робота в групах над практичними завданнями дозволяє студентам оцінити їхні навички до саморозвитку та навчання. Кожна група може мати власне завдання або практичну ситуацію, для виявлення свого психологічного портрету.

*Використання технологій відеоконференцій:* За допомогою інструментів відеоконференцій, таких як Zoom або Meet, викладач може запрошувати професіоналів зі сфери управління та саморозвитку на онлайн-заняття для

проведення лекцій, дискусій та відповідей на запитання студентів.

### **ФОРМИ Й МЕТОДИ КОНТРОЛЮ ТА ОЦІНЮВАННЯ**

**Поточний контроль:** усна чи письмова (тестування, есе, фіксований виступ, творча робота, наукова публікація з проблем самоменеджменту) відповідь студента, звіт та презентація матеріалів з власного розвитку та самовдосконалення, розв'язування практичних ситуацій; тематичні контрольні роботи; модульні контрольні роботи.

**Підсумковий контроль** – залік.

### **КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**

Оцінювання програмних результатів навчання здобувачів освіти здійснюється за шкалою європейської кредитно-трансферної системи (ECTS)

Критерієм успішного оцінювання є досягнення здобувачем вищої освіти мінімальних порогових рівнів (балів) за кожним запланованим результатом навчання.

### **ПОЛІТИКА ЩОДО АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ**

Дотримання політики щодо академічної доброчесності учасниками освітнього процесу при вивченні навчальної дисципліни регламентовано такими документами:

- «Етичний кодекс Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича». URL: <https://www.chnu.edu.ua/media/jxpbs0zb/etychnyi-kodeks- chernivets koho-natsionalnoho-universytetu.pdf> ;
- «Положенням про виявлення та запобігання академічного плагіату у Чернівецькому національному університету імені Юрія Федьковича». URL: [https://www.chnu.edu.ua/media/f5e1eobm/polozhennya-pro-zapobihannia-plahiatu\\_2024.pdf](https://www.chnu.edu.ua/media/f5e1eobm/polozhennya-pro-zapobihannia-plahiatu_2024.pdf).

### **ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ**

1. Офіційний сайт наукового журналу «Економіка України». URL: <http://www.economukraine.com.ua/index.php>
2. Офіційний сайт науково-теоретичного журналу «Економічна теорія». URL: <http://etet.org.ua>
3. Офіційний сайт Національної бібліотеки України імені В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua>
4. Тайм-менеджмент: 20 корисних програм та мобільних додатків [Електронний ресурс].  
Режим доступу : <http://melni.me/tajm-menedzhment20-korysnyh-sajtiv-ta-mobilnyh-dodatktiv>.

5. Jenkins R. A simpler way to save: The 60 % Solution [Electronic resource].  
Access mode : [http://web.utah.edu/basford/  
personalfinance/handouts/budgeting/The60Solution.htm](http://web.utah.edu/basford/personalfinance/handouts/budgeting/The60Solution.htm).
6. <http://psyfactor.org/lib/self-management-4.htm>

*Детальна інформація щодо вивчення курсу «Самоменеджмент» висвітлена  
у робочій програмі навчальної дисципліни  
[https://drive.google.com/drive/folders/1zpn0LHp-P\\_YwzDNl9I9w8jdoJen2-sXr](https://drive.google.com/drive/folders/1zpn0LHp-P_YwzDNl9I9w8jdoJen2-sXr)*