

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 1.2 «Тайм-менеджмент»
Рівень ВО	Другий (магістерський) рівень
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	231 Соціальна робота/Соціальна робота. Соціальна педагогіка
Форма навчання	Денна / Заочна
Курс, семестр, протяжність	Рік навчання: 1, Семестр: 1, 4 кредити ЄКТС
Семестровий контроль	Залік
Обсяг годин (всього: з них лекції/практичні)	120 год. (л. 10 год, пр. 14 год ./ л.4 год., пр. 6 год.)
Мова викладання	Українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Кафедра соціальної роботи та педагогіки вищої школи
Автор дисципліни	д.п.н., доц. Чернета Світлана Юріївна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Відсутні.
Що буде вивчатися	Аналіз витрат часу в системі тайм-менеджменту, цілепокладання, планування часу, реалізація планів і організація діяльності, контроль в тайм-менеджменті, підвищення ефективності використання часу.
Чому це цікаво/треба вивчати	Студенти оволодіють основними принципами, методами, техніками управління часом; основними методами інвентаризації та аналізу власного та організаційного часу; принципами і правилами планування часу, визначенням власних цілей і розстановки пріоритетів при прийнятті якісних управлінських рішень; способами підвищення власної ефективності; видами, правилами та помилками самоконтролю
Чому можна навчитися (результати навчання)	Формування навичок самоорганізації, мотивації, цілепокладання, розстановки пріоритетів, делегування повноважень, контролю і оцінки особистих показників діяльності; навичок володіння методами організації робочого часу та раціонального використання ресурсів; навичок самостійної, творчої роботи; вміння

	<p>організувати свою працю, розвинути здібності породжувати нові ідеї, знаходити нові підходи до їх реалізації.</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)</p>	<p>Робити хронометраж різних видів життєдіяльності; формулювати життєві цілі за допомогою «дерева цілей» та «променевих діаграм»; обґрунтовувати прийняті рішення; робити власний SWOT-аналіз, для виявлення сильних і слабких сторін, можливостей та загроз особистості; розподіляти ресурси для ефективної самоорганізації; використовувати технології планування власного часу, принципи планування поточного дня; визначати критерії оцінки власної ефективності; адекватно розподіляти часові ресурси міжособистісної і професійної взаємодії; використовувати отримані знання для подальшого саморозвитку</p>