

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Основи тайм-менеджменту та управління кар'єрним зростанням»



Ступінь освіти	<u>бакалавр</u>
Спеціальність	<u>для всіх спеціальностей</u>
Тривалість викладання	<u>5 семестр (скорочена форма)</u> <u>7 семестр (повна форма)</u> <u>9, 10 чверть (скорочена форма)</u> <u>13, 14 чверть (повна форма)</u>
Заняття:	<u>(повна форма)</u>
лекції:	<u>2 години</u>
практичні заняття:	<u>2 години</u>
Мова викладання	<u>українська</u>

Сторінка курсу в СДО НТУ «ДП»:
<https://do.nmu.org.ua/course/view.php?id=3253>

Кафедра, що викладає: **інжинірингу та дизайну в машинобудуванні**

Інформація про викладачів:



Заболотний Костянтин Сергійович (лекції)

Доктор технічних наук, професор

Персональна сторінка:

<http://gmi.nmu.org.ua/ua/kadrj/zabolotniy.php>

E-mail: zabolotnyi.k.s@nmu.one

1. АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ

Навчальна дисципліна «Основи тайм-менеджменту та управління кар'єрним зростанням» спрямована на комплексний розвиток у майбутніх

інженерів здатності усвідомлено керувати власним часом, професійними ресурсами та траєкторією кар'єри. Курс поєднує теоретичні положення самоменеджменту, психології праці, менеджменту персоналу й інженерної освіти з практичним відпрацюванням інструментів, що безпосередньо застосовуються у технічній та проєктній діяльності. Студенти послідовно оволодівають методами тайм-аудиту, аналізу витрат часу, постановки цілей і пріоритетів, планування навчальних, проєктних та дослідницьких завдань, а також опановують цифрові засоби організації роботи (календарі, таск-менеджери, Kanban-дошки, онлайн-платформи командної взаємодії).

Другий змістовий блок присвячено управлінню кар'єрним зростанням інженера. Розглядаються моделі професійної кар'єри, вимоги сучасного ринку праці, інструменти побудови особистого бренду, професійного портфолію та мережі професійних контактів. Значна увага приділяється розробленню індивідуальної кар'єрної карти та плану безперервного професійного розвитку (IDP), аналізу кар'єрних ризиків, типових помилок і способів їх подолання. Окремі теми курсу висвітлюють роль лідерства, мотивації та систем розвитку персоналу в інженерних компаніях, що дозволяє студентам побачити власну кар'єру в контексті організаційних процесів і командної роботи. В результаті опанування дисципліни здобувачі формують цілісне бачення власної професійної перспективи та практичні навички її реалізації.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ КУРСУ

Метою дисципліни є формування в здобувачів вищої освіти компетентностей, необхідних для ефективної організації особистого часу, раціонального планування навчальної й професійної діяльності, а також проєктування й реалізації індивідуальної траєкторії кар'єри в інженерній сфері. Здобувачі мають навчитися поєднувати поточні навчальні та проєктні завдання з довгостроковими цілями професійного розвитку, обирати адекватні інструменти планування й контролю та критично оцінювати власну результативність.

Завдання курсу:

оволодіння сучасними моделями та методами тайм-менеджменту, здатністю діагностувати й оптимізувати власні витрати часу;

– формування навичок стратегічного й тактичного планування діяльності з використанням цифрових інструментів і візуальних засобів організації роботи;

– набуття знань про структуру ринку праці для інженерів, різновиди кар'єрних стратегій та механізми розвитку персоналу в інженерних організаціях;

– розвиток уміння створювати та реалізовувати індивідуальний план професійного зростання, ураховуючи власні ресурси, ризики й можливості;

– усвідомлення ролі лідерських якостей, мотивації та залученості в успішній кар'єрі інженера й готовності застосовувати ці знання у власній професійній практиці.

3. РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Після успішного завершення курсу студент:

- пояснює основні концепції, моделі та інструменти особистого тайм-менеджменту;
- уміє проводити тайм-аудит, класифікувати витрати часу, визначати «поглиначі часу»;
- застосовує методи планування (матриця Ейзенхауера, правило Парето, time-blocking тощо) для організації навчальної, проектної та дослідницької діяльності;
- використовує цифрові інструменти (календарі, таск-менеджери, Kanban-дошки) для планування та контролю виконання завдань.
- розуміє типи кар'єрних стратегій інженера (вертикальна, горизонтальна, експертна, проектна);
- аналізує вимоги сучасного ринку праці до інженерів, будує індивідуальну кар'єрну карту;
- розробляє індивідуальний план професійного розвитку (IDP) з урахуванням кар'єрних ризиків;
- пояснює принципи лідерства, мотивації та розвитку персоналу в інженерних командах і враховує їх при плануванні власної кар'єри.

4. СТРУКТУРА КУРСУ

Лекційні модулі (60 год.)

1. Концепції та моделі особистого тайм-менеджменту інженера.

Поняття тайм-менеджменту та самоменеджменту. Моделі організації особистого часу. Тайм-аудит, класифікація витрат часу, «поглиначі часу» в навчальній та проектній діяльності. Біоритми, енергетичні піки, індивідуальні стилі організації робочого дня.

2. **Цілі, пріоритети та результати: стратегічне й тактичне планування діяльності інженера.** Ієрархія цілей. Стратегічне, тактичне та оперативне планування. Методи планування: матриця Ейзенхауера, правило Парето, метод «першої важливої справи», batching, time-blocking. Планування навчальних, проектних і дослідницьких завдань на семестр і навчальний рік.

3. **Цифрові інструменти тайм-менеджменту.** Електронні календарі, трекери задач, персональні таск-менеджери, Kanban-дошки. Організація інформаційних потоків: електронна пошта, месенджери, LMS, хмарні сервіси, командні онлайн-платформи. Профілактика цифрового перевантаження, боротьба з багатозадачністю та прокрастинацією.

4. **Кар'єрні стратегії інженера та ринок праці.** Вертикальна, горизонтальна, експертна, проектна кар'єра. Ролі й позиції інженерів на ринку праці, кваліфікаційні вимоги роботодавців. Тренди розвитку професійних кар'єр у контексті цифровізації. Особистий бренд інженера, професійне портфоліо, мережування (networking), участь у професійних спільнотах.

5. Система розвитку персоналу в інженерних компаніях. Індивідуальний професійний розвиток. HR-процеси та системи розвитку персоналу. Стадії ділової кар'єри. Індивідуальний план професійного розвитку (IDP) інженера. Методи

підвищення конкурентоспроможності, безперервне навчання, сертифікації. Кар'єрні ризики й типові помилки: «скляна стеля», стагнація, професійне вигорання, невдалий вибір траєкторії.

6. Лідерство, мотивація та залученість в інженерних командах. Підходи до лідерства в інженерній діяльності. Взаємозв'язок лідерства, командної взаємодії та кар'єрного зростання. Моделі мотивації персоналу. Залученість інженерів до роботи, інструменти нематеріального стимулювання. Вплив участі в лідерських ролях на розвиток кар'єри.

Практичні заняття (60 год.)

1. Тайм-аудит робочого дня та класифікація витрат часу.
2. Структуроване планування тижня та семестру (календарі, чек-листи, матриця пріоритетів).
3. Застосування цифрових інструментів тайм-менеджменту (task manager, календар, Kanban-дошка тощо).
4. Побудова індивідуального плану кар'єрного розвитку інженера (кар'єрна карта, IDP, карта компетентностей).
5. Аналіз кар'єрних кейсів та управління кар'єрними ризиками.
6. Проєктування системи мотивації та зростання персоналу в інженерних командах.

5. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Самостійна робота є обов'язковою складовою опанування дисципліни й спрямована на поглиблення теоретичних знань, формування навичок особистого тайм-менеджменту та проєктування індивідуальної траєкторії кар'єрного зростання інженера.

Приблизний перелік типових завдань:

- Аналітичне опрацювання лекційного матеріалу та базової літератури. Опрацювати конспекти лекцій і рекомендовані джерела, підготувати короткі текстові конспекти (або ментальні карти) з ключовими поняттями й моделями тайм-менеджменту та кар'єрного розвитку.
- Індивідуальний тайм-аудит тижня. Провести детальний облік власних витрат часу протягом 7 днів із подальшою класифікацією видів діяльності (продуктивні, допоміжні, «поглиначі часу»). Підготувати аналітичний міні-звіт з висновками та пропозиціями щодо оптимізації особистого розкладу.
- Розроблення семестрового плану діяльності. На основі навчального плану й результатів тайм-аудиту скласти структурований план на семестр: цілі, основні етапи, контрольні точки, резерв часу. Окремо обґрунтувати вибір пріоритетів і способи контролю виконання плану.
- Вибір і тестування цифрових інструментів тайм-менеджменту. Обрати не менше двох цифрових сервісів (календар, task-manager, Kanban-дошка тощо), налаштувати їх для власних навчальних і проєктних завдань, протестувати впродовж 1–2 тижнів. Підготувати короткий огляд з порівнянням функціональних можливостей та рекомендаціями щодо доцільності використання.

- Аналіз вимог до інженерних посад на ринку праці. Зібрати інформацію про 5–7 актуальних вакансій за спеціальністю, узагальнити перелік вимог до знань, умінь і навичок. Скласти таблицю «вимоги роботодавця – наявні/відсутні компетентності студента» та зробити висновки щодо напрямів власного розвитку.
- Побудова індивідуальної кар'єрної карти (Career Map). Визначити бажане професійне становище через 3–5 років, окреслити можливі траєкторії руху до цієї цілі (посади, проєкти, додаткова освіта, сертифікації). Оформити кар'єрну карту у вигляді схеми чи діаграми з короткими поясненнями.
- Підготовка професійного резюме та структури профілю в професійній мережі. Скласти резюме інженера-початківця з описом компетентностей, досвіду, проєктів і досягнень. На цій основі розробити текстову структуру профілю (наприклад, для LinkedIn): заголовок, «про себе», ключові навички, приклади проєктів.
- Аналіз кар'єрних кейсів з інженерної практики. Обрати та проаналізувати один–два реальні або описані в літературі кар'єрні кейси інженерів. Визначити ключові рішення, чинники успіху й помилки, сформулювати уроки для власної кар'єрної стратегії.
- Розроблення індивідуального плану безперервного професійного розвитку (IDP). З урахуванням результатів попередніх завдань сформувати річний план розвитку: перелік компетентностей, які необхідно посилити, заплановані курси, сертифікації, участь у проєктах, терміни та критерії оцінювання досягнень.
- Підготовка міні-презентації «Моя система тайм-менеджменту та кар'єрного зростання». На основі виконаних завдань підготувати коротку презентацію (5–7 слайдів) із візуалізацією власної системи організації часу, ключових кар'єрних цілей та запланованих кроків їх досягнення.

ТЕХНІЧНЕ ОБЛАДНАННЯ ТА/АБО ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Використовується мультимедійне обладнання кафедри інжинірингу та дизайну в машинобудуванні, дистанційна платформа Moodle.

6 СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ТА ВИМОГИ

6.1. Навчальні досягнення здобувачів вищої освіти за результатами вивчення курсу оцінюватимуться за шкалою, що наведена нижче:

Рейтингова шкала	Інституційна шкала
90 – 100	відмінно
75-89	добре
60-74	задовільно
0-59	незадовільно

6.2. Здобувачі вищої освіти можуть отримати **підсумкову оцінку** з навчальної дисципліни на підставі поточного оцінювання знань за умови, якщо набрана кількість балів з поточного тестування та самостійної роботи складатиме не менше 60 балів.

Звіти з практичних занять приймаються за контрольними запитаннями до кожного заняття.

Теоретична частина оцінюється за результатами задачі контрольної тестової роботи, яка містить 20 запитань, з яких 17 – прості тести (1 правильна відповідь), 3 задачі.

6.3. Критерії оцінювання підсумкової роботи

17 тестових завдань з чотирма варіантами відповідей, **1** правильна відповідь оцінюється у **3 бали (разом 51 бал)**. Опитування за тестом проводиться з використанням технології MicrosoftFormsOffice 365.

Задачі наводяться також у системі Microsoft Forms Office 365. Вирішена на папері задача сканується (фотографується) та відсилається на електронну пошту викладача впродовж часу, відведеного на задачу теоретичної частини. Несвоєчасно вислана відповідь враховується такою, що не здана.

Правильно вирішена **задача** оцінюється в 5 балів, причому:

- **5 балів** – відповідність еталону, з одиницями виміру;
- **4 бали** – відповідність еталону, без одиниць виміру або помилками в розрахунках;
- **3 бали** – незначні помилки у формулах, без одиниць виміру;
- **2 бали** – присутні суттєві помилки у рішенні;
- **1 бал** – наведені формули повністю не відповідають еталону;
- **0 балів** – рішення не наведене.

6.4. Критерії оцінювання практичного заняття

З кожного практичного заняття здобувач вищої освіти отримує 5 запитань з переліку контрольних запитань. Кількість вірних відповідей визначають кількість отриманих балів.

7 ПОЛІТИКА КУРСУ

7.1. Політика щодо академічної доброчесності

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною і отримання задовільної оцінки з поточного та підсумкового контролів. Академічна доброчесність базується на засудженні практик списування (виконання письмових робіт із залученням зовнішніх джерел інформації, крім дозволених для використання), плагіату (відтворення опублікованих текстів інших авторів без зазначення авторства), фабрикації (вигадування даних чи фактів, що використовуються в освітньому процесі). Політика щодо академічної доброчесності регламентується положенням "Положення про систему запобігання та виявлення плагіату у Національному технічному університеті "Дніпровська політехніка".

[http://www.nmu.org.ua/ua/content/activity/usdocuments/System of prevention and detection of plagiarism.pdf](http://www.nmu.org.ua/ua/content/activity/usdocuments/System%20of%20prevention%20and%20detection%20of%20plagiarism.pdf).

У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач залишає за собою право змінити тему завдання.

7.2. Комунікаційна політика

Здобувачі вищої освіти повинні мати активовану університетську пошту.

Усі письмові запитання до викладачів стосовно курсу мають надсилатися на університетську електронну пошту.

7.3. Політика щодо перескладання

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

7.4 Політика щодо оскарження оцінювання

Якщо здобувач вищої освіти не згоден з оцінюванням його знань, він може опротестувати виставлену викладачем оцінку у встановленому порядку.

7.5. Відвідування занять

Для здобувачів вищої освіти денної форми відвідування занять є обов'язковим. Поважними причинами для неявки на заняття є хвороба, участь в університетських заходах, академічна мобільність, які необхідно підтверджувати документами. Про відсутність на занятті та причини відсутності здобувач вищої освіти має повідомити викладача або особисто, або через старосту.

За об'єктивних причин (наприклад, міжнародна мобільність) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням з керівником курсу.

8 РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Базова

1. Титов О.О. Основи тайм-менеджменту та управління кар'єрним зростанням / О.О.Титов; Нац. техн. ун-т «Дніпровська політехніка». – Дніпро: НТУ «ДП», 2021. – 54 с.
2. Титов О.О. Основи тайм-менеджменту та управління кар'єрним зростанням: Практикум / О.О.Титов; Нац. техн. ун-т «Дніпровська політехніка» . – Дніпро: НТУ «ДП», 2021. – 24 с.
3. Титов О.О. Основи тайм-менеджменту та управління кар'єрним зростанням. Методичні вказівки для самостійної роботи студентів / О.О.Титов; Нац. техн. ун-т «Дніпровська політехніка» . – Дніпро: НТУ «ДП», 2021. – 18 с.

Додаткова

4. Tracy, B. (2020). Time Management (The Brian Tracy Success Library). AMACOM.
5. Allen, D. (2020). Getting Things Done: The Art of Stress-Free Productivity (updated ed.). Penguin.
6. Claessens, B. J. C., van Eerde, W., & Rutte, C. (2021). A review of the time management literature. Personnel Review.
7. Baruch, Y., & Sullivan, S. E. (2022). Career management and employability in the 21st century. Human Resource Management Review.
8. Arthur, M. B., Khapova, S. N., & Wilderom, C. P. M. (2021). Career success in a boundaryless career world. Journal of Organizational Behavior.
9. Gbadamosi, G., et al. (2023). Engineering graduates' employability, career management and career success. European Journal of Engineering Education.