

# СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «Самоменеджмент»



<b>Освітня програма</b>	«Менеджмент»
<b>Освітній рівень</b>	перший, бакалавр
<b>Статус</b>	вибіркова
<b>Загальний обсяг</b>	4 кредита ECTS (120 годин)
<b>Форма підсумкового контролю</b>	залік
<b>Термін викладання</b>	4-й семестр (7 чверть)
<b>Тривалість викладання</b>	1 чверть
<b>Заняття:</b>	5 годин на тиждень
<b>Лекції</b>	3 години на тиждень
<b>Практичні</b>	2 години на тиждень
<b>Мова викладання</b>	українська

Сторінка курсу в СДО НТУ «ДП»:

<https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949>

**Консультації:** за окремим розкладом, погодженим зі здобувачами вищої освіти

**Онлайн-консультації:** Microsoft Teams – група «Самоменеджмент»

**Інформація про викладачів:**



**Папіж Юлія Сергіївна,**

доцент, кандидат економічних наук

**Персональна сторінка:**

<https://is.gd/9nox2p>

**E-mail:** [papizh.yu.s@nmu.one](mailto:papizh.yu.s@nmu.one)

## 1. Анотація до курсу

Вивчення дисципліни «Самоменеджмент» дозволить менеджерам ефективно організовувати управлінську діяльність, управляти діловою кар'єрою, планувати робочий час, організовувати делегування повноважень, формувати професійно-ділові якості, розвивати адміністративно-організаційні, соціально-психологічні, особистісні та моральні якості, підвищувати менеджерський потенціал.

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Самоменеджмент» є формування у здобувачів вищої освіти компетентностей необхідних для особистісного розвитку менеджера, формування індивідуальних особливостей та поведінкових навичок, уміння організувати особисту працю.

### Завдання курсу:

- навчити здобувачів вищої освіти використовувати переваги самоменеджменту для організаційного та особистого зростання, узгодження особистих та організаційних цілей;
- розглянути основи ефективного керівництва, делегування повноважень, управління кар'єрою;
- сформувані навички з ефективного управління робочим часом, використання часу як ресурсу;
- вивчити фактори підвищення особистої культури ділового життя, ефективного саморозвитку, розвитку менеджерського потенціалу.

## 3. Результати навчання:

Після вивчення цієї дисципліни Ви зможете:

- знати сутність, цілі, функції та основні концепції самоменеджменту;
- демонструвати навички планування часу роботи менеджера та аналізу його використання, встановлення пріоритетів;
- демонструвати навички планування ділової кар'єри менеджера;
- визначати чинники самомотивації, здійснювати самоконтроль та визначати чинники ефективної роботи менеджера;
- пояснювати сутність управління за результатами та знати особливості цього процесу.

## 4. Структура курсу

Тематика занять	Вид занять	Ресурси
<b>Тема 1 Становлення і розвиток теорії і практики самоменеджменту</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
1.1 Сутність поняття «самоменеджмент», етапи та передумови виникнення		
1.2 Концепції самоменеджменту		
<b>Тема 2 Поняття кар'єри та успіху в самоменеджменті</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
2.1 Поняття успіху в процесі самоменеджменту		
2.2 Поняття та суть кар'єри в самоменеджменті		
2.3 Вибір кар'єри		
2.4 Особливості планування кар'єри		

<b>Тема 3 Менеджер і його діяльність в умовах самоуправління</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
3.1 Особливості підготовки менеджерів		
3.2 Трудова, управлінська діяльності		
3.3 Посадова діяльність, її складові		
<b>Тема 4 Теоретичні аспекти планування особистої роботи менеджера</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
4.1 Особливості використання робочого часу керівниками різних рівнів управління		
4.2 Правила і принципи ефективного планування робочого часу		
4.3 Особливості планування особистої роботи менеджера		
<b>Тема 5 Нормування управлінської праці, облік та аналіз робочого часу менеджера</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
5.1 Нормування управлінської праці		
5.2 Облік та аналіз робочого часу менеджера		
5.3 Основи тайм-менеджменту		
<b>Тема 6 Принципи самоорганізації роботи менеджера</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
6.1 Закономірності і особливості ефективної самоорганізації роботи менеджера		
6.2 Принципи самоорганізації роботи менеджера		
<b>Тема 7 Оцінка управління і роботи керівника в умовах самоменеджменту</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
7.1 Зміст управління в умовах самоменеджменту		
7.2 Цілі та зміст роботи керівника		
7.3 Робота керівника в умовах самоуправління		
7.4 Аналіз чинників результативності і успішної діяльності керівника в системі самоменеджменту		
<b>Тема 8 Характеристика складових управлінської роботи керівника в системі самоменеджменту</b>	Лекція	Силабус Лекція <a href="https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949">https://do.nmu.org.ua/enrol/index.php?id=2949</a>
8.1 Управління за результатами – основний спосіб самоуправління		
8.2 Сутність поняття «результат», види ключових результатів		
8.3 Особливості процесу управління за результатами		
<b>1 Оцінка управлінських якостей менеджера та їх розвиток у процесі самоорганізації праці</b>	Практичні заняття	Кейси
<b>1 Оцінка управлінських якостей менеджера та їх розвиток у процесі самоорганізації праці</b>	Практичні заняття	Кейси
<b>1 Оцінка управлінських якостей менеджера та їх розвиток у процесі самоорганізації праці</b>	Практичні заняття	Кейси

<b>1 Оцінка управлінських якостей менеджера та їх розвиток у процесі самоорганізації праці</b>	Практичні заняття	Кейси
--	-------------------	-------

## 5. Технічне обладнання та/або програмне забезпечення

Технічні засоби навчання: використовується мультимедійне обладнання. Дистанційна платформа Moodle.

На навчальних заняттях здобувачі повинні мати: гаджети з можливістю підключення до Інтернету; перевірений доступ до застосунків Microsoft Office: Teams, Moodle; інстальований на ПК та /або мобільних гаджетах пакет програм Microsoft Office (Word, Excel, Power Point); активований аккаунт університетської пошти на Office365.

## 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. Засоби та процедури

Здобувач вищої освіти може отримати підсумкову оцінку з дисципліни на підставі поточного оцінювання знань за умови, якщо набрана кількість балів з виконання контрольної роботи, участі в практичних заняттях та виконання самостійного завдання складатиме не менше 60 балів.

Поточна успішність складається з успішності за 4 (чотирьох) практичних завдань по 10 балів (40 балів), оцінки самостійної роботи – виконання самостійного завдання (15 балів), оцінки лекційного матеріалу у вигляді 3 відкритих питань по 15 балів (45 балів). Максимально за поточною успішністю здобувач може отримати 100 балів.

<b>Підсумкове оцінювання</b>	Підсумковий контроль за дисципліною (залік) відбувається шляхом надання відповідей на питання у формі відкритих питань (5 відкритих питань по 15 балів). Також передбачено виконання практичних кейсів (25 балів). Максимальна кількість балів, яка може бути отримана за результатами заліку – <b>100</b> балів.
<b>Практичні заняття</b>	Самодіагностика, демонстрація та обговорення презентацій; дебати та дискусії, де відпрацьовуються навички самоменеджменту та комплексного розв'язання проблем. 4 практичних занять по 10 балів. Максимально оцінюється в <b>40</b> балів
<b>Індивідуальна самостійна робота</b>	Кожен здобувач/ка виконує самостійне завдання, яке максимально оцінюється в <b>15</b> балів

<b>Лекційні заняття</b>	Лекційна контрольна робота максимально оцінюється у <b>45</b> балів та передбачає надання відповідей на 3 відкритих питання по 15 балів кожне.
-------------------------	--

### 6.3. Критерії

6.3.1. Критерії оцінювання *практичного заняття*: за обговорення питань та участь у дискусії максимально можна отримати 5 балів за одне практичне заняття:

- 9-10 балів: самодіагностика, активна участь у дебатах, дискусії (виступи, коментарі, активне слухання), володіння навчальним матеріалом, наведення аргументованих відповідей із посиланням на джерела;
- 7-8 балів: самодіагностика, активна участь у дебатах, дискусії (виступи, коментарі, активне слухання), володіння навчальним матеріалом з незначними помилками за сутністю обговорюваних питань;
- 5-6 балів: самодіагностика, активна участь у дискусії (виступи, коментарі, активне слухання) без достатнього володіння навчальним матеріалом, що має стосунок до теми обговорення;
- 3-4 бали: самодіагностика, залучення до дискусії викладачем, неуважність, відсутність достатніх знань про предмет обговорення;
- 1-2 бали: самодіагностика, небажання брати участь в дискусії, відсутність достатніх знань про предмет обговорення, але слухання дебатів та дискусії.

#### 6.3.2. Критерії оцінювання *самостійного завдання*.

За виконання самостійного завдання максимально можна отримати 15 балів:

- 13-15 балів: володіння навчальним матеріалом, правильність поданої інформації, логічність, послідовність, враховані відповіді на всі підпункти, наведення аргументованих висновків;
- 10-12 балів: володіння навчальним матеріалом з незначними помилками, незначні помилки в логічній побудові інформації, враховані відповіді на всі підпункти, наведення аргументованих висновків;
- 7-9 балів: не достатнє володіння навчальним матеріалом, незначні помилки в наведеній інформації, враховані відповіді не на всі підпункти, висновки аргументовано;
- 4-6 бали: не достатнє володіння навчальним матеріалом, грубі помилки в побудові інформації, висновки не аргументовано, враховані відповіді не на всі підпункти
- 1-3 бали: відсутність достатніх знань про всі підпункти завдання, грубі помилки в побудові інформації, враховані відповіді не на всі підпункти, висновки не аргументовано.

#### 6.3.3. Критерії підсумкового оцінювання

Підсумкове оцінювання передбачає надання відповідей на відкриті питання та виконання практичних кейсів. Максимальна кількість балів, яка може бути отримана – **100** 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 можуть використовуватися 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/us\\_documents/System\\_of\\_prevention\\_and\\_detection\\_of\\_plagiarism.pdf](http://www.nmu.org.ua/ua/content/activity/us_documents/System_of_prevention_and_detection_of_plagiarism.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.

Обов'язком здобувача вищої освіти є перевірка один раз на тиждень (щонеділі) поштової скриньки на Office365 та відвідування групи дисципліни у Microsoft Teams.

Рекомендуємо створити профілі та підписатися на сторінки кафедри менеджменту у Facebook.

Протягом тижнів самостійної роботи обов'язком здобувача вищої освіти є робота у рамках дисципліни дистанційно у додатку Microsoft Moodle ([www.do.nmu.org.ua](http://www.do.nmu.org.ua)).

Усі письмові запитання до викладача стосовно дисципліни мають надсилатися на університетську електронну пошту або до групи в Teams.

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 оскаржити виставлену викладачем оцінку у встановленому порядку.

## 8. Рекомендовані джерела інформації

1. Василик С.К., Майстренко О.В., Немашкало К.Р. Самоменеджмент: навчальний посібник. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. 150 с.
2. Казачковська Г.В. Самоменеджмент: навч.-метод. посіб. (друге видання) для студентів першого рівня вищої освіти «Бакалавр з менеджменту» галузі знань 07 «Управління та адміністрування» спеціальності 073 «Менеджмент» спеціалізації «Менеджмент готельного, курортного та туристичного сервісу». Бердянськ : Видавець БДПУ. 2017. 167 с.
3. Корнілова О. Самоменеджмент : навч.-метод. посібник [Електронне видання] / О. Корнілова ; нац. ун-т «Одеська юридична академія». Одеса : Фенікс, 2023. 57 с. URL: <https://doi.org/10.32837/11300.23856>.
4. Лугова В.М., Голубєв С.М. Основи самоменеджменту та лідерства : навч. посіб. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. 212 с.
5. Ратушняк, О. Г., Лялюк О.Г. Самоменеджмент : навч. пос. Вінниця : ВНТУ, 2021. 170 с.
6. С.В. Салоїд, Л.Л. Ведута, І.Б. Гольцова Самоменеджмент: Навчально-методичний комплекс дисципліни [Електронний ресурс]: навч. посіб. для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальності 073 «Менеджмент», освітніх програм «Менеджмент і бізнес-адміністрування», «Менеджмент міжнародного бізнесу», «Управління бізнесом, підприємництво та інновації», «Логістика» / КПІ ім. Ігоря Сікорського; укладачі: С.В. Салоїд, Л.Л. Ведута, І.Б. Гольцова, КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2024. 55 с.
7. Самоменеджмент : початковий посібник / Г. З. Леськов, Г. Я. Левків, М. М. Бліхар, В. В. Гобела, О. П. Подра, Г. В. Коваль. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 280 с.
8. Самоменеджмент. Навчальний посібник для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня денної та заочної форм навчання за спеціальністю 073 «Менеджмент», ОП «Менеджмент організацій і адміністрування», / Укладач: З.М. Шильнікова; ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка». Старобільськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2022. 224 с.
9. Шильнікова З.М. Самоменеджмент. Навчальний посібник для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня денної та заочної форм навчання за спеціальністю 073 «Менеджмент», ОП «Менеджмент організацій і адміністрування». ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка». Старобільськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2022. 224 с.
10. Groshelova, O. G., Usatenko, O. V., Dudnik, A. V., & Papizh, Y. S. (2025). Porivnyalnyi analiz upravlin'skikh praktik u komerchiynii ta nekomerchiynii sferakh. *Aktualni pytannya ekonomichnikh nauk*, (16). <https://doi.org/10.5281/zenodo.17426117>.
11. Швець, В., Харін, С., Дубей, Ю., & Папіж, Ю. (2025). Менеджмент проєктів декарбонізації: міжнародна економічна інтеграція, бізнес-аналітика,

технології та стандарти сталого розвитку. *Сталий розвиток економіки*, (5 (56), 131-140. <https://doi.org/10.32782/2308-1988/2025-56-18>

12. Дубей, Ю. В., Усатенко А.В., Папіж, Ю. С., & Юденко, В. В. Роль Soft Skills у сучасному менеджменті: комплексний підхід до розвитку компетенцій. *Актуальні питання економічних наук*. 2025. 17. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17541977>

13. Швець В.Я, Дубей Ю.В., Папіж Ю.С., Юденко В.В. Комплексний підхід до розвитку компетенцій інноваційного лідерства через синергію особистого управління, креативності та стратегічного менеджменту. *Актуальні питання економічних наук*. 17, 2025. URL: <https://a-economics.com.ua/index.php/home/article/view/986>

14. Швець, В. Я., Дубей, Ю. В., Папіж, Ю. С., & Міро, І. М. (2025). М'які навички керівників як драйвер синергії креативності та ефективності стратегічного управління в епоху трансформацій. *Наукові записки Львівського університету бізнесу та права*, (47), 293-301. URL: <https://nzlubp.org.ua/index.php/journal/article/view/1880>

15. Бардась А.В., Дубей Ю.В., Папіж Ю.С. Стратегічний менеджмент корпорацій як суб'єктів зовнішньоекономічної діяльності в умовах неопротекціонізму. *Економічний простір*. 208, 2025. URL: <https://economic-prostir.com.ua/wp-content/uploads/2026/01/208-175-181-bardas.pdf>