



Силабус
навчальної дисципліни
Тренінг розвитку soft-skills
2025-2026 навчальний рік

Освітньо-професійна програма: Початкова освіта

Спеціальність: 013 Початкова освіта

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Рівень вищої освіти: I рівень

| | |
|----------------------------|---|
| Викладач | Сапранкова Катерина Володимирівна |
| Посилання на сайт | Сапранкова Катерина Володимирівна - Університет |
| Контактний тел. | +380639814358 |
| Е-mail викладача: | kateryna.saprankova@gmail.com |
| Графік консультацій | Індивідуальний |

Обсяг курсу на поточний навчальний рік (заочна форма навчання):

| Кількість кредитів/ годин | Лекції | Практичні заняття | Самостійна робота | звітність |
|---------------------------|--------|-------------------|-------------------|-----------|
| 5/150 | 0 | 38 | 112 | залік |

Семестр: весняний

Мова навчання: українська

Ключові слова: саморегуляція, комунікативні навички, соціальна взаємодія, інтелектуальні компетенції, лідерство, організаторські здібності.

Мета курсу: формування у студентів системи знань і вмінь щодо розвитку гнучких навичок, таких як: комунікативні навички, самоорганізація, критичне мислення, лідерські якості, емоційний інтелект, позитивне мислення, уміння працювати в команді задля успішної самореалізації та досягнень успіхів у майбутній кар'єрі.

Предмет вивчення: теоретичне та практичне засвоєння універсальних, міжпрофесійних навичок, необхідних для ефективною взаємодії, адаптації до нових умов та особистісного успіху.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Тренінг розвитку soft-skills» є:

1. Розвиток самоусвідомлення та емоційної компетентності: формування здатності розпізнавати власні емоції, їх причини та вплив на поведінку; розвиток навичок саморегуляції та управління стресовими станами.
2. Формування ефективних комунікативних навичок: опанування технік активного слухання, вербальної та невербальної комунікації; вміння чітко формулювати думки, ставити запитання та надавати конструктивний зворотний зв'язок.
3. Оволодіння навичками міжособистісної взаємодії: розвиток здатності до емпатії, розуміння динаміки командної роботи, визначення власних командних ролей, побудова довірливих стосунків у колективі.
4. Розвиток критичного та креативного мислення: формування вміння аналізувати інформацію, відрізняти факти від думок, знаходити першопричини проблем, генерувати нестандартні ідеї та приймати обґрунтовані рішення.
5. Формування навичок конструктивного вирішення конфліктів: ознайомлення з основними стратегіями поведінки в конфліктних ситуаціях, розвиток здатності обирати оптимальну стратегію та використовувати техніки медіації для пошуку компромісів.
6. Розвиток лідерського потенціалу: формування розуміння сутності лідерства, розвиток відповідальності, вміння формулювати власне бачення, надихати інших та вести за собою.
7. Оволодіння навичками самоорганізації та цілепокладання: навчання ефективному плануванню часу, визначенню пріоритетів, подоланню прокрастинації та постановці цілей за SMART-методикою.
8. Формування навичок переконання та аргументації: розвиток вміння логічно будувати аргументи, структурувати промову, працювати із запереченнями та доносити свою думку до різних аудиторій.
9. Розвиток навичок самопрезентації та публічних виступів: подолання страху перед аудиторією, опанування технік утримання уваги, створення власного іміджу та підготовка до виступів.
10. Формування навичок побудови професійних відносин: розвиток здатності до ефективного нетворкінгу, підтримання ділових контактів, створення та розвиток власного особистого бренду на ринку праці.

Компетентності та програмні результати навчання згідно з вимогами освітньо-професійної програми

| Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач | Програмні результати навчання |
|---|--|
| <p>ЗК 1. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p>ЗК 2. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і 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.</p> <p>ЗК 3. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.</p> <p>ЗК 4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК 5. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.</p> <p>ЗК 6. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК 7. Здатність діяти соціально</p> | <p>ПРН 1. Організовувати монологічну, діалогічну та полілогічну форми спілкування з молодшими школярами, іншими учасниками освітнього процесу, представниками громади, поважаючи права людини та суспільні цінності; формувати судження, що враховують соціальні, наукові та етичні аспекти.</p> <p>ПРН 2. Управляти складною професійною діяльністю та проектами в умовах початкової школи, виробляти та ухвалювати рішення в непередбачуваних робочих та навчальних контекстах.</p> <p>ПРН 3. Критично оцінювати достовірність та надійність інформаційних джерел, дотримуватися юридичних і етичних вимог щодо використання інформаційно-комунікаційних та цифрових технологій у перебігу педагогічної діяльності в початковій школі.</p> <p>ПРН 4. Спілкуватися із професійних питань засобами державної та іноземної мов в усній та письмовій формах, застосовувати в освітньому процесі прийоми збагачення усного й писемного мовлення молодших школярів.</p> <p>ПРН 5. Організовувати освітній</p> |

відповідально і свідомо.

ЗК 8. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ФК 1. Здатність спілкуватися державною та іноземною мовами як усно, так і письмово.

ФК 2. Здатність орієнтуватися в інформаційному просторі, використовувати відкриті ресурси, інформаційно-комунікаційні та цифрові технології, оперувати ними в професійній діяльності.

ФК 3. Здатність до інтеграції та реалізації предметних знань як основи змісту освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної.

ФК 4. Здатність управляти власними емоційними станами, налагоджувати конструктивну та партнерську взаємодію з учасниками освітнього процесу, формувати мотивацію здобувачів початкової освіти до навчання та організувати їхню пізнавальну діяльність.

ФК 5. Здатність до проєктування осередків навчання, виховання й розвитку здобувачів початкової освіти.

ФК 6. Здатність до організації освітнього процесу в початковій

процес із використанням цифрових технологій та технологій дистанційного навчання молодших школярів, розвивати в учнів навички безпечного використання цифрових технологій та сервісів.

ПРН 6. Інтегрувати та використовувати академічні предметні знання як основу змісту освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти (мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної) та трансформувати їх у різні форми.

ПРН 7. Планувати й здійснювати освітній процес з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, забезпечувати розвиток пізнавальної діяльності учнів, формувати в них мотивацію до навчання.

ПРН 8. Організувати конструктивну та партнерську взаємодію з учасниками освітнього процесу початкової школи, використовувати практики самозбереження психічного здоров'я, усвідомленого емоційного реагування.

ПРН 9. Планувати та організувати освітній процес у початковій школі, позаурочні й позашкільні заняття та заходи, використовуючи різні організаційні форми навчання та

школі з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, розвитку в них критичного мислення та формування ціннісних орієнтацій.

ФК 7. Здатність до моделювання змісту відповідно до очікуваних результатів навчання, добору оптимальних форм, методів, технологій та засобів формування ключових і предметних компетентностей молодших школярів у процесі вивчення освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної.

ФК 8. Здатність до збору, інтерпретації та застосування даних у сфері початкової освіти із використанням методів наукової діяльності до формування суджень, що враховують соціальні, наукові та етичні аспекти.

ФК 9. Здатність до різних видів оцінювання навчальних досягнень здобувачів початкової освіти на засадах компетентнісного підходу.

ФК 10. Здатність до професійно-педагогічної діяльності в інклюзивному середовищі з різними категоріями дітей з особливими освітніми потребами.

типи занять, із дотриманням принципу науковості та вимог нормативних документів початкової школи.

ПРН 10. Використовувати в освітній практиці різні прийоми формувального, поточного і підсумкового оцінювання навчальних досягнень здобувачів початкової освіти, прийоми диференційованого оцінювання дітей з особливими освітніми потребами.

ПРН 11. Збирати, інтерпретувати та застосовувати дані у сфері початкової освіти із використанням методів наукової діяльності.

ПНР 12. Застосовувати методи та прийоми навчання, інновації, міжпредметні зв'язки та інтегрувати зміст різних освітніх галузей в стандартних і нестандартних ситуаціях професійної діяльності в початковій школі, оцінювати результативність їх застосування.

ПРН 13. Організовувати освітній простір з дотриманням принципів універсального дизайну, безпечно, проєктувати навчальні осередки у класі спільно з молодшими школярами з урахуванням їхніх вікових особливостей, інтересів і потреб, забезпечувати дотримання вимог безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни, створювати психологічно комфортні умови освітнього процесу.

| | |
|--|--|
| <p>ФК 11. Здатність до здійснення профілактичних заходів щодо збереження життя та здоров'я учнів початкової школи, до надання їм домедичної допомоги, до протидії та попередження булінгу, різних проявів насильства.</p> <p>ФК 12. Здатність доносити до фахівців і нефахівців інформацію, ідеї, проблеми, рішення, власний досвід та аргументувати їх на засадах партнерської взаємодії в умовах початкової школи.</p> | <p>ПРН 14. Забезпечувати індивідуальний і диференційований розвиток здобувачів початкової освіти з особливими освітніми потребами відповідно до їхніх можливостей.</p> <p>ПРН 15. Здійснювати профілактичні заходи щодо збереження життя та фізичного й психічного здоров'я здобувачів початкової освіти, надавати їм домедичну допомогу (за потреби), планувати та реалізовувати заходи щодо попередження і протидії булінгу та різних проявів насильства чи будь якої з форм дискримінації серед учнів початкової школи й інших учасників освітнього процесу.</p> <p>ПРН 16. Використовувати основні техніки спілкування з дорослими людьми, різні форми та засоби комунікації з батьками, колегами, іншими фахівцями з метою підтримки здобувачів у освітньому процесі початкової школи, керувати педагогічним і професійним розвитком осіб та груп.</p> |
|--|--|

ЗМІСТ КУРСУ

Змістовий модуль 1. Внутрішньоособистісні Soft Skills. Самоорганізація, мислення, емоційна компетентність.

Тема 1. Вступ до Soft Skills.

Поняття Soft Skills (гнучких навичок) та їх відмінність від Hard Skills (професійних знань). Роль м'яких навичок у кар'єрному успіху та повсякденному житті. Аналіз реальних вакансій та виявлення вимог до особистих якостей кандидатів. Проведення первинної самодіагностики рівня

розвитку власних гнучких навичок. Визначення індивідуальних цілей для подальшого розвитку в межах курсу.

Тема 2. Мистецтво активного слухання.

Поняття активного та пасивного слухання, їх відмінності. Три базові техніки активного слухання: перефразування (парафраз), уточнення, відображення почуттів (емпатія). Роль невербального зворотного зв'язку в процесі слухання (контакт очей, відкрита поза, кивання). Аналіз невербальних сигналів співрозмовника (жести, міміка, інтонація) для зчитування емоційного підтексту. Практичне відпрацювання технік на прикладі типових комунікативних ситуацій.

Тема 3. Вербальна та невербальна комунікація.

Співвідношення вербальних і невербальних засобів у передачі інформації (правило 7-38-55). Роль інтонації, міміки, жестів та пози у формуванні враження про співрозмовника. Базові невербальні сигнали: відкритість/закритість, щирість/брехня, домінування/підпорядкування. Аналіз невербальних сигналів у діалогах (на матеріалі відеофрагментів). Самоаналіз власних невербальних звичок за допомогою відеозапису. Розпізнавання значення типових жестів. Формування навичок усвідомленого контролю власних невербальних сигналів для підвищення ефективності комунікації.

Тема 4. Постановка запитань та зворотний зв'язок.

Відкриті та закриті запитання: їх призначення, переваги та обмеження, доречність використання в різних комунікативних ситуаціях. Правила формулювання запитань для ефективного збору інформації. Конструктивний зворотний зв'язок як інструмент розвитку, його відмінність від деструктивної критики. Моделі надання зворотного зв'язку: BOFF (Behavior – Outcome – Feelings – Future) та SKS (Stop – Keep – Start). Практичне відпрацювання трансформації критичних зауважень у конструктивний зворотний зв'язок.

Тема 5. Емоційний інтелект (EQ).

Поняття емоційного інтелекту, його відмінність від інтелектуального коефіцієнта (IQ). Значення EQ для особистого та професійного життя. Розширення емоційного словника для точнішої ідентифікації почуттів. Алгоритм аналізу емоційних станів: зв'язок між ситуацією, думкою (тригером), тілесним відчуттям, емоцією та поведінковою реакцією. Практичне відпрацювання навички визначення першопричин власних емоцій.

Тема 6. Управління емоціями та стресом.

Фізіологічна природа стресу та емоційних спалахів (гнів, страх, тривога). Розпізнавання ранніх сигналів наближення стресу – індивідуальні "червоні прапорці". Базові техніки швидкого заспокоєння: дихальні (квадратне дихання), фізичні (скидання напруги), когнітивні (перемикання уваги, раціоналізація, заземлення). Створення персональної "аптечки першої допомоги" для різних рівнів стресового навантаження.

Тема 7. Тайм-менеджмент та профілактика прокрастинації.

Аналіз власних витрат часу: виявлення основних категорій справ та "пожирачів часу". Матриця Ейзенхауера як інструмент розподілу завдань за критеріями важливості та терміновості. Методи подолання прокрастинації: розбиття великих завдань ("їжа слона"), правило 5 хвилин. Техніка Pomodoro для підвищення концентрації та продуктивності. Практичне планування тижня з урахуванням пріоритетів.

Тема 8. Саморефлексія та усвідомленість.

Різниця між неусвідомленим життям ("на автопілоті") та усвідомленим підходом до власного досвіду. Модель рефлексії "Світлофор" для аналізу невдач: червоне (що пішло не так), жовте (що можна було зробити інакше), зелене (висновки та дії на майбутнє). Аналіз успіхів для виявлення власних сильних сторін. Відмінність між конструктивною рефлексією та деструктивним самокопанням. Практика щоденної рефлексії для формування звички усвідомленого ставлення до життя.

Тема 9. Стресостійкість та адаптація особистості до змін.

Природа стресу в умовах невизначеності та його вплив на психіку й організм. Розмежування "кола турботи" (те, на що ми не можемо вплинути) та "кола впливу" (те, що ми здатні змінити) як спосіб зниження тривоги. Розвиток когнітивної гнучкості через пошук можливостей у складних ситуаціях (рефреймінг). Техніка заземлення "5-4-3-2-1" для швидкого повернення в стан "тут і зараз" при гострій тривозі. Формування особистої стратегії поведінки в ситуаціях раптових змін.

Змістовий модуль 2. Міжособистісні Soft Skills. Ефективна комунікація, взаємодія та вплив.

Тема 10. Командоутворення та командні ролі.

Ефективна команда як цілісність, що перевищує суму індивідуальних зусиль. Теорія командних ролей Р. Белбіна: огляд основних ролей (генератор ідей, координатор, виконавець, душа команди, дослідник ресурсів, контролер та ін.). Визначення власної природної ролі в команді. Важливість різноманітності ролей для успішної реалізації проєктів. Базові принципи побудови довіри в команді: відкритість, визнання помилок, взаємопідтримка. Аналіз конфліктних ситуацій, що виникають через неузгодженість ролевих очікувань.

Тема 11. Вирішення конфліктів.

Конфлікт як природне явище, його потенціал для розвитку стосунків і пошуку нових рішень. Модель стратегій поведінки в конфлікті Томаса-Кілманна: суперництво, співпраця, компроміс, уникнення, пристосування. Визначення власної домінуючої стратегії. Техніки конструктивного діалогу в конфлікті: використання "Я-повідомлень", активного слухання, перефразування. Базові навички медіації: почергове вислуховування сторін, пошук спільної мети, генерація варіантів рішення.

Тема 12. Лідерство та розвиток лідерських якостей.

Відмінність між лідером (натхненник, носій бачення) та менеджером (організатор, контролер процесів). Ключові лідерські якості: відповідальність (готовність відповідати за результати команди), бачення (здатність формулювати надихаючу мету), емпатія (розуміння потреб і стану членів команди). Аналіз власних лідерських схильностей та зон розвитку. Формулювання особистого лідерського бачення для малої групи чи проекту. Розрізнення конструктивної відповідальності та деструктивного самозвинувачення.

Тема 13. Розвиток навичок переконання та аргументації.

Відмінність між переконанням (чесний вплив через логіку та емоції) та маніпуляцією (прихований вплив з односторонньою вигодою). Три компоненти переконання: етос (довіра до оратора), пафос (емоційний заклик), логос (логіка, факти, докази). Структура ефективного аргументу "Проблема – Рішення – Вигода" (ПРВ). Техніки роботи із запереченнями: визнання права на сумнів, уточнення, наведення прикладів, техніка "Так, і...". Аналіз типових помилок у побудові аргументації.

Тема 14. Делегування та довіра.

Делегування як ключовий інструмент управління, розвитку команди та запобігання професійному вигоранню. Основні бар'єри, що заважають делегуванню: перфекціонізм, страх втрати контролю, недовіра до команди, ілюзія "краще зроблю сам". Критерії відбору завдань для делегування: матриця "що можна і не можна делегувати". Алгоритм правильного делегування: чітка постановка задачі (SMART), визначення термінів, рівня відповідальності та повноважень, забезпечення ресурсами. Рівні делегування залежно від досвіду та компетенцій співробітника. Зв'язок між делегуванням, довірою та розвитком команди.

Тема 15. Критичне мислення та вирішення проблем.

Критичне мислення як здатність аналізувати інформацію, ставити її під сумнів та робити обґрунтовані висновки. Розрізнення фактів (об'єктивних, перевірюваних даних) та думок (суб'єктивних оцінок, інтерпретацій). Алгоритм аналізу достовірності джерел інформації (хто, що, де, коли, чому). Метод «5 чому» для пошуку першопричини проблеми, а не боротьби з поверхневими наслідками. Модель прийняття рішень: формулювання проблеми, генерація альтернатив, зважування «за» і «проти», обґрунтований вибір. Аналіз типових маніпулятивних прийомів у рекламі та медіа.

Тема 16. Креативність та генерація ідей.

Відмінність між вертикальним (логічним, послідовним) та латеральним (творчим, нестандартним) мисленням. Метод мозкового штурму: правила генерації ідей без критики, важливість кількості на першому етапі. Техніки латерального мислення: випадкове слово (створення асоціацій між проблемою та випадковим поняттям), перевертання проблеми (пошук способів погіршити

ситуацію, а потім їх інвертування). Виявлення власних бар'єрів креативності та створення персонального плану подолання творчого ступору.

Тема 17. Публічні виступи та самопрезентація.

Природа страху публічних виступів (глософобія) та техніки його подолання: дихальні вправи (квадратне дихання), зміна фокусу з "як я виглядаю" на "що я хочу донести", опрацювання найгірших сценаріїв. Структура ефективного виступу: вступ (гачок для привернення уваги), основна частина (2-3 ключові думки), висновок із закликом до дії. Прийоми утримання уваги аудиторії: варіювання темпу мовлення, паузи, риторичні питання, зоровий контакт. Підготовка самопрезентації для співбесіди за схемою: хто я, мій досвід/сильні сторони, мотивація, цінність для компанії.

Тема 18. Нетворкінг та побудова довгострокових відносин.

Нетворкінг як стратегія побудови довгострокових взаємовигідних відносин, а не "використання людей" для власної вигоди. Аналіз власної мережі контактів ("карта контактів") за сферами для виявлення "сліпих зон". Правила ефективного знайомства: ліфтова промова (коротка самопрезентація за 30-60 секунд), відкриті запитання для щирого інтересу до співрозмовника. Принципи підтримання контактів: follow-up протягом 3 днів після знайомства, регулярна, але ненав'язлива комунікація, орієнтація на те, чим можна бути корисним іншому. Складання персонального плану розвитку мережі контактів.

Тема 19. Особистий бренд та цілепокладання.

Особистий бренд як сукупність унікальних якостей, цінностей і професійних компетенцій, що вирізняють людину на ринку праці. Визначення власної унікальності: сильні сторони, цінності, проблеми, які людина здатна вирішувати для інших. Аудит цифрового сліду: аналіз профілів у соціальних мережах (особливо LinkedIn) на відповідність професійній меті. Постановка цілей за методикою SMART (конкретні, вимірювані, досяжні, релевантні, обмежені в часі). Розробка плану розвитку на 3-6 місяців підготовка тексту для професійної самопрезентації. Підсумкова рефлексія всього курсу.

Методи навчання: Поєднання традиційних та інтерактивних методів навчання, спрямованих на формування практичних навичок: тематичні лекції-візуалізації з елементами проблемного викладу, практичні заняття у форматі тренінгу, метод ситуаційного аналізу (case-study), рольові та ділові ігри, мозковий штурм, робота в малих групах, дискусії та дебати, виконання індивідуальних та групових практичних вправ, аналіз відеоматеріалів, тестування та самодіагностика, рефлексивні вправи, розробка індивідуальних планів розвитку, презентація результатів самостійної роботи.

Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Своєчасне виконання завдань самостійної роботи та практичних вправ є обов'язковим. Роботи, подані з

порушенням встановлених термінів без поважних причин, оцінюються зі зниженням балу. Відпрацювання пропущених занять або незадовільних оцінок здійснюється на консультаціях згідно з графіком, оприлюдненим на інформаційному стенді кафедри або в системі дистанційного навчання.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувачі вищої освіти зобов'язані дотримуватися принципів академічної доброчесності відповідно до Положення про академічну доброчесність університету. Усі письмові роботи (есе, звіти, рефлексії, виконані практичні завдання) мають бути авторськими. Виявлення академічного плагіату або інших форм недоброчесності є підставою для незарахування роботи та повторного її виконання.

Політика щодо відвідування. Відвідування практичних занять є обов'язковим компонентом навчального процесу. У разі пропуску заняття здобувач зобов'язаний самостійно опрацювати матеріал та відпрацювати практичні вправи на консультації. Незалежно від причин пропуску, студент має дотримуватися всіх встановлених термінів виконання поточних і підсумкових робіт.

Технічне й програмне забезпечення / обладнання, наочність: Вивчення курсу передбачає використання сучасних технічних засобів навчання та комп'ютерної техніки. Для опрацювання теоретичного матеріалу, виконання практичних завдань, підготовки презентацій та письмових робіт здобувачі вищої освіти використовують офісні програми загального призначення (текстові редактори, табличні процесори, програми для створення презентацій). Для проведення занять у дистанційному форматі, а також для відеоаналізу невербальної комунікації та публічних виступів використовуються платформи для відеозв'язку (Zoom, Google Meet, Skype) та медіаплеєри для відтворення відеоматеріалів. Доступ до навчально-методичних матеріалів забезпечується через систему дистанційного навчання (Moodle). Наочність представлена мультимедійними презентаціями, відеофрагментами, схемами, таблицями та роздатковим матеріалом для виконання практичних вправ.

Система оцінювання та вимоги

1. Виконання практичних завдань – 60 балів.
2. Творче завдання до заліку – 20 балів.
3. Проходження одного із запропонованих онлайн курсів на вибір – 20 балів.

Загальний бал за курс – 100 балів.

Форма звітності у II семестрі: залік

При оцінюванні кожного змістового модуля враховуються такі основні елементи навчальної діяльності студента:

1. Відповідь на практичному занятті максимально 2 бали.
2. Виконання самостійної роботи максимально 6 балів.
3. Виконання творчого завдання до 20 балів.
4. Проходження одного із запропонованих онлайн курсів на вибір – 20 балів.

Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

1. Бали за участь та відповіді на практичному занятті (максимум 2 бали):

2 бали – студент демонструє всебічні, систематичні та глибокі знання програмового матеріалу теми; послідовно, логічно та у повному обсязі розкриває зміст питання; вільно володіє термінологією, орієнтується в попередньому матеріалі; правильно відповідає на додаткові запитання, формулює обґрунтовані висновки; виявляє ініціативність та активність у виконанні практичних завдань; здійснює самоаналіз результатів роботи.

1,5 бали – студент виявляє повне знання навчального матеріалу теми; послідовно та логічно розкриває зміст питання; вільно володіє термінологією, правильно відповідає на додаткові запитання, робить висновки; є активним у роботі з практичним матеріалом; здійснює самоаналіз.

1 бал – студент виявляє загальне знання навчального матеріалу теми, однак розкриває зміст питання не в повному обсязі або з порушенням послідовності; володіє термінологією, але не завжди правильно відповідає на додаткові запитання, відчуває труднощі у формулюванні висновків; виявляє низьку активність у роботі з практичним матеріалом; самоаналіз відсутній.

0,5 балів – студент виявляє прогалини в знаннях програмового матеріалу теми; припускається помилок у розкритті змісту питання; відчуває значні труднощі у визначенні термінів та формулюванні висновків, не орієнтується в попередньому матеріалі; не виявляє активності у виконанні практичних завдань; самоаналіз не здійснює.

2. Бали за виконання самостійної роботи з теми (максимум 6 балів):

4 бали – повне, правильне, логічне та обґрунтоване розкриття теми самостійної роботи.

1 бал – лаконічність, змістовність матеріалу, наявність та аргументованість власної точки зору.

1 бал – дотримання вимог щодо оформлення тексту (структура, шрифти, поля, цитування тощо).

3. Бали за виконання творчого завдання (максимум 20 балів):

10 балів – повнота включення всіх необхідних елементів, їх змістовність, відповідність обраній тематиці тренінгу.

10 балів – креативність, оригінальність творчого підходу, якість дизайну презентації або постера (естетичність, візуальна гармонія, читабельність).

Система оцінювання

| Оцінка за університетською шкалою | Оцінка за шкалою ЄКТС |
|-----------------------------------|---|
| 90-100 | A |
| 78-89 | B |
| 65-77 | C |
| 58-64 | D |
| 50-57 | E |
| 35-49 | FX (з можливістю повторного складання) |
| 1-34 | X (з обов'язковим повторним вивченням ОК) |

Максимальна оцінка навчальних досягнень студента

1. Максимальна сума балів поточного контролю (практичні та самостійні роботи) – 60 балів.
2. Максимальна сума балів підсумкового контролю (залік: творче завдання + проходження онлайн-курсу) – 40 балів (20 балів + 20 балів).
3. Максимальна сума балів за навчальну дисципліну (підсумкове оцінювання) – 100 балів.

Список рекомендованих джерел

Основні

1. Бренер К. С., Ковальчук Л. В. Soft skills: розвиток гнучких навичок у сучасному освітньому просторі. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2021. 240 с.
2. Власенко І. Г., Прокопенко І. Ф. Тренінг комунікативної компетентності: теорія і практика. Харків : Вид-во «Основа», 2020. 288 с.
3. Гончарова О. О., Мороз Л. І. Психологія ефективного спілкування: розвиток soft skills. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2022. 312 с.
4. Карамушка Л. М., Креденцер О. В. Розвиток лідерського потенціалу: тренінговий підхід. Київ : Каравела, 2021. 352 с.
5. Ковальчук Г. О., Яценко Т. В. Командоутворення та розвиток корпоративної культури. Одеса : Фенікс, 2020. 268 с.
6. Лук'янчук Н. В., Савицька О. В. Емоційний інтелект у професійній діяльності: навчально-методичний посібник. Умань : Візаві, 2022. 196 с.
7. Мельничук І. М., Овчаренко О. Ю. Тайм-менеджмент та самоменеджмент у професійній діяльності. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2021. 224 с.
8. Петренко В. О., Сидоренко Н. І. Публічні виступи та самопрезентація: практикум з розвитку ораторської майстерності. Дніпро : Акцент ПП, 2020. 208 с.

9. Савчин М. В., Василенко Л. П. Психологія управління та лідерства. 2-ге вид., перероб. і доповн. Київ : Академвидав, 2021. 368 с.

10. Черненко Н. М., Гриценко І. В. Нетворкінг як технологія побудови професійних зв'язків. Суми : Університетська книга, 2023. 184 с.

Додаткові

1. Борисенко О. А. Розвиток критичного мислення майбутніх фахівців. Запоріжжя : ЗНУ, 2020. 156 с.

2. Васильєва О. І. Конфліктологія та медіація в роботі менеджера. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2021. 212 с.

3. Головаха Є. І., Паніна Н. В. Психологія стресу та стресостійкості. Київ : Інститут соціології НАНУ, 2020. 176 с.

4. Дмитрієва С. М. Креативне мислення: методи розвитку та активізації. Львів : Видавництво Старого Лева, 2022. 144 с.

5. Іванченко Н. І., Лисенко О. М. Саморефлексія та особистісне зростання. Одеса : ОНУ ім. І. І. Мечникова, 2021. 168 с.

6. Клименко О. Ю. Мистецтво презентації: від ідеї до виступу. Вінниця : Нова Книга, 2020. 192 с.

7. Кравчук Н. П., Мельник О. В. Психологія переконання та впливу. Умань : Візаві, 2022. 158 с.

8. Мартинюк І. А. Делегування повноважень як інструмент ефективного управління. Тернопіль : Економічна думка, 2021. 136 с.

9. Павленко В. М. Техніки активного слухання в професійній комунікації. Полтава : ПНПУ ім. В. Г. Короленка, 2020. 124 с.

10. Романовський О. Г., Гура Т. В. Soft skills у системі вищої освіти: світовий досвід та українські реалії. Харків : НТУ «ХПІ», 2022. 312 с.

11. Ткаченко Л. І. Тренінги особистісного зростання: методика проведення. Київ : Главник, 2021. 176 с.

12. Федорчук В. М. Психологія командної роботи. Кам'янець-Подільський : Медобори, 2020. 208 с.

13. Шевчук О. М. Особистий бренд: стратегії створення та просування. Київ : Києво-Могилянська академія, 2023. 192 с.

14. Щербан Т. Д., Гоблик В. В. Психологія прийняття рішень у професійній діяльності. Мукачево : МДУ, 2021. 148 с.

15. Яременко Л. М. Адаптивність та стресостійкість особистості в умовах невизначеності. Черкаси : ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2022. 164 с.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека БДПУ: Бібліотека БДПУ – Бібліотека Бердянського державного педагогічного університету

2. Національна бібліотека України ім. Я. Мудрого: Електронна бібліотека "Культура України"

3. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського: Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського

4. [Електронна бібліотека «УКРАЇНКА»](#) : УКРАЇНКА (Е-БІБЛІОТЕКА) | ResearchUA

5. Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека: Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека

6. Електронні підручники «TextBook»: Категорія - Психологія | TextBook - Онлайн бібліотека наукових підручників