

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ СЕМЕНА КУЗНЕЦЯ

"ЗАТВЕРДЖУЮ"  
Проректор з навчально-методичної роботи  
Каріна НЕМАЦКАЛО




*Основи самоменеджменту та лідерства*  
**робоча програма навчальної дисципліни**

Галузь знань *усі*  
Спеціальність *усі*  
Освітній рівень *другий (магістерський)*  
Освітня програма *усі*

Статус дисципліни *вибіркова*  
Мова викладання, навчання та оцінювання *українська*

Завідувач кафедри  
соціальної економіки

 Галина НАЗАРОВА

Харків  
2021

ЗАТВЕРДЖЕНО  
на засіданні кафедри соціальної економіки  
Протокол № 4 від 25.10.2021 р.

Розробники:  
Лугова Вікторія Миколаївна, к.е.н., доц. кафедри соціальної економіки.

**Лист оновлення та перезатвердження  
робочої програми навчальної дисципліни**

Навчальний рік	Дата засідання кафедри – розробника РПНД	Номер протоколу	Підпис завідувача кафедри

## Анотація навчальної дисципліни

Тенденції змін, що відбуваються в сучасному цивілізованому світі, пов'язані з прискореним розвитком технологій передачі та обробки інформації, що потребує від сучасного фахівця таких знань, умінь і навиків, які б давали можливість людині в цьому бурхливому світі миттєво реагувати на зміни середовища, з одного боку, а з іншого – змогу витримувати морально- психологічний та соціально-культурний натиск соціуму. Уміння самоорганізувати себе є нагальною потребою компетентного фахівця, основою його успішної професійної діяльності, запорукою особистісного зростання. Саме для цього покликаний самоменеджмент як цілеспрямоване й послідовне застосування наукових методів і практичних прийомів менеджменту для свідомого управління власною кар'єрою та особистим життям.

Головна мета самоменеджменту полягає у тому, щоб максимально використовувати власні можливості, свідомо управляти ходом свого життя, долати зовнішні обставини як у професійній, так і в особистій сфері, досягати успіху найефективнішим шляхом. Важливу роль у цьому відіграє наявність у людини лідерських якостей, здатності виконувати роль лідера.

Навчальна дисципліна «Основи самоменеджменту і лідерства» надає можливість здобувачам другого (магістерського) рівня вищої освіти оволодіти навичками управління особистісними ресурсами (часом, активністю і працездатністю, власними фінансами та освіченістю), засвоїти технології саморозвитку та розвитку лідерських якостей, що надає змогу більш ефективно організувати власну діяльність, брати на себе відповідальність за своє життя, професійне становлення та розвиток.

**Мета навчальної дисципліни:** вивчення студентами теоретичних засад та набуття практичних навичок здійснення самоуправління, саморозвитку, розвитку лідерських якостей, що визначатиме їх професійну спроможність та сприятиме формуванню професіоналізму впродовж життя.

Курс	2
Семестр	3
Кількість кредитів ECTS	5
Форма підсумкового контролю	залік

### Структурно-логічна схема вивчення навчальної дисципліни:

Пререквізити	Постреквізити
Психологія	Соціальне проектування
Менеджмент	Креативна економіка та менеджмент
Управління трудовим потенціалом	Менеджмент у соціальній сфері
Мотивування персоналу	Кадрова безпека
Управління конфліктами	Соціальний захист та соціальне страхування

### Компетентності та результати навчання за дисципліною:

Компетентності	Результати навчання
Здатність визначати проблеми наукового і практичного забезпечення самоменеджменту	Вміти застосовувати концептуальні підходи самоменеджменту для пояснення процесів самомотивації, планування, прийняття рішень, організації власної діяльності і самоконтролю
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів аналізу витрачання часу і управління	Здійснювати обґрунтований вибір методів аналізу витрачання часу і управління часом.

часом	Застосовувати інструментарій обліку часу щоденного обліку часу
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів управління власною активністю і працездатністю	Здійснювати обґрунтований вибір методів управління ресурсом активності і працездатності. Розвивати навички здорового способу життя
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів управління власною платоспроможністю	Здійснювати обґрунтований вибір методів управління ресурсом платоспроможності. Застосовувати комп'ютерні програми з управління особистими фінансами
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів управління ресурсом освіченості	Здійснювати обґрунтований вибір методів навчання та самонавчання, планування кар'єри та професійного розвитку
Здатність визначати проблеми здійснення лідерства в сучасному суспільстві, здійснювати діагностику та розвиток лідерських компетентностей	Визначати проблеми здійснення лідерства в сучасному суспільстві через призму теорій лідерства, здійснювати обґрунтований вибір методів діагностики лідерства та розвитку лідерських компетентностей

## Програма навчальної дисципліни

### Змістовий модуль 1. Використання ресурсів часу, активності та платоспроможності для ефективного самоуправління

#### Тема 1. Теоретичні основи самоменеджменту

*1.1. Сутність і призначення самоменеджменту.* Сучасні наукові погляди на сутність самоменеджменту. Самоменеджмент як основа ефективного управління собою, умова особистісного і професійного успіху. Основні цілі самоменеджменту. Складові самоменеджменту.

*1.2. Основні концепції самоменеджменту.* Концептуальний підхід до самоменеджменту Л. Зайверта. Сутність концепції М. Вудкока та Д. Френсіса. Сутність концепції самоменеджменту Б. і Х. Швальбе. Концепція самоменеджменту В. А. Андрєєва. Сутність концепції самоменеджменту А. Т. Хроленко.

*1.3. Функції самоменеджменту.* Самомотивація (у тому числі аналіз і формування особистих цілей). Планування діяльності. Прийняття рішень. Організація діяльності. Самоконтроль

#### Тема 2. Управління ресурсом часу (тайм-менеджмент)

*2.1. Сутність ресурсу часу.* Визначення понять «час» та «ресурс часу». Суб'єктивний та об'єктивний час. Головна мета управління ресурсом часу.

*2.2. Методи аналізу витрачання часу.* Карточка щоденного обліку часу А. Гастева. Хронокарти П. Керженцева. АВС-хронометраж. Щоденний облік часу А. Федорова (за допомогою таблиць Excel). Фотографія робочого тижня. Хронометраж за Г. Архангельським. Журнал часу. Аналіз щоденних перешкод часу.

*2.3. Методи управління часом.* Система Б. Франкліна. Матриця пріоритетів Д. Ейзенхауера. Правило В. Паретто «80/20». АБВ-аналіз.

### **Тема 3. Управління ресурсом активності і працездатності**

*3.1. Поняття ресурсу активності і працездатності.* Сутність понять «активність» і «працездатність». Поняття ресурсу активності і працездатності та його місце в житті сучасної людини. Види активності і працездатності. Негативні чинники впливу на ресурс активності і працездатності.

*3.2. Методи управління ресурсом активності і працездатності.* Здоров'я як ключовий показник ефективності використання ресурсу активності і працездатності. Розвиток навичок здорового способу життя: фізичної культури і спорту, раціонального харчування, відмови від шкідливих звичок, особистісної гігієни та психогігієни, моральної саморегуляції, екологічної свідомості і поведінки. Стрес та чинники, що його викликають. Професійне вигорання. Методи нейтралізації стресу та основні підходи до роботи з професійним вигоранням.

### **Тема 4. Управління ресурсом платоспроможності**

*4.1. Поняття ресурсу платоспроможності.* Сутність поняття ресурсу платоспроможності. Фінансове планування життя. Види доходів та витрат особистості (сім'ї).

*4.2. Методи управління ресурсом платоспроможності.* Контроль фінансових потоків. Заощадження. Інвестування власних фінансових ресурсів. Страхування ризиків. Складання особистих фінансових планів. Пріоритетність при здійсненні витрат. Створення і збереження заощаджень. Особистий фінансовий ризик-менеджмент. Застосування комп'ютерних програм з управління особистими фінансами.

## **Змістовий модуль 2. Використання ресурсів освіченості та лідерства для ефективного самоуправління**

### **Тема 5. Управління ресурсом освіченості**

*5.1. Поняття ресурсу освіченості.* Сутність понять «освіченість» та «ресурс освіченості». Вимоги до освіченої людини в сучасному суспільстві. Освіченість як стратегічна перевага особистості. Освіта протягом життя. Самоосвіта.

*5.2. Методи управління ресурсом освіченості.* Самоконтроль компетентності. Відстеження змін у вимогах робочого місця (посади). Вміння навчатися у інших. Використання таблиць життєвих і професійних цілей. Моделювання свого професійного портрету. Упорядкування своїх знань. Удосконалення пізнавальних умінь та навичок. Планування та розвиток кар'єри. Інструменти та технології планування кар'єри.

*5.3 Кар'єрний потенціал особистості.* Сутність та мотиви кар'єри. Моделі кар'єри. Кар'єрний потенціал особистості. Методи, прийоми, техніки реалізації кар'єрного потенціалу.

### **Тема 6. Лідерство як елемент процесу розвитку особистості менеджера**

*6.1. Поняття та сутність лідерства.* Сучасні підходи до розуміння лідерства. Функція лідера в сучасному суспільстві. Лідерство як фактор особистісного росту і рушійна сила соціального розвитку. Сутність поняття «лідерство». Характеристики лідерства. Типологія лідерства. Типи лідерів.

*6.2. Класичні та сучасні теорії лідерства.* Класичні теорії лідерства: лідерських якостей, ситуаційного лідерства, функціонального лідерства. Сучасні погляди на лідерство. Модель емоційного інтелекту Д. Гоулмана. Теорія внутрішнього стимулювання лідерства К. Кешмана

Теорія двигуна лідерства Н. Тічі Теорія опосередкованого лідерства Р. Фішера та А. Шарпа  
Теорія пов'язуючого лідерства Дж. Липман-Блюмена Теорія лідерства через управління парадоксами Ф. Трöpfenaарса і Ч. Хемпден-Тернера Концепція «трубопроводу лідерства» Ідея розподіленого лідерства Д. Бредфорда і А. Коена.

## **Тема 7. Розвиток лідерства**

*7.1. Діагностика лідерства.* Виявлення лідерських характеристик. Застосування психологічних тестів для виявлення лідерських якостей. Методики дослідження лідерства: тест-опитувальник «Діагностика лідерських здібностей» (Є. Жаріков, Є. Крушельницький), Діагностика діяльнісних особливостей керівництва та лідерства (А. Журавльов, В. Захаров), Діагностика функціонального лідерства в малих групах (Н. Фетіскін, В. Козлов, Г. Мануйлов), Самооцінка лідерства (Н. Фетіскін, В. Козлов, Г. Мануйлов), тест «Ефективність лідерства» (Р.Немов)

*7.2. Розвиток лідерських компетентностей.* Пропозиції щодо розвитку лідерства в організації. Безперервне самовдосконалення: розвиток особистої мотивації, розвиток індивідуальних інтелектуальних і моральних лідерських якостей, розвиток соціальної компетентності. Тренінг лідерства.

Перелік практичних занять, а також запитань і завдань до самостійної роботи наведено у таблиці «Рейтинг-план навчальної дисципліни».

### **Методи навчання та викладання**

У процесі викладання навчальної дисципліни для активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів передбачене застосування як репродуктивних, так продуктивних методів навчання, серед яких: лекції проблемного характеру (тема 3, тема 5), міні-лекції (тема 2), робота в малих групах (тема 2), семінари (тема 6), дискусії (тема 1, тема 2, тема 5), ділові ігри (тема 4), дебати (тема 6), індивідуальна творча робота (тема 1, тема 6).

### **Порядок оцінювання результатів навчання**

Оцінювання результатів навчання з навчальної дисципліни «Основи самоменеджменту та лідерства» проходить за накопичувальною (100-бальною) системою оцінювання.

Оцінювання здійснюється за такими видами контролю:

поточний контроль, що відбувається протягом семестру під час проведення лекційних, практичних занять і оцінюється сумою набраних балів (максимальна сума – 100 балів; мінімальна сума, що дозволяє студенту отримати залік – 60 балів);

підсумковий/семестровий контроль, що проводиться у формі заліку. Залік виставляється як загальна сума балів, набраних за результатами поточного контролю.

***Поточний контроль*** включає оцінювання роботи студентів під час:

*практичних занять:*

виконання студентом практичних завдань, участі в обговореннях, дискусіях. Практичні завдання оцінюються від 4 до 6 балів, залежно від складності завдання. Максимальна оцінка ставиться за обґрунтовані висновки та своєчасну здачу завдання. Загальна кількість балів 36.

участь у діловій грі оцінюється у 6 балів. Максимальна оцінка ставиться за активну участь в обговореннях, дискусіях та за умови своєчасної здачі завдання. Загальна кількість балів 6;

доповідь з презентацією оцінюється у 6 балів. Максимальна оцінка ставиться за якісно підготовлену презентацію (не менше 15 слайдів) та активну участь у обговоренні доповіді. Загальна кількість балів 6;

поточна контрольна робота, максимально оцінюється в 10 балів. Вона виконується в ПНС і містить питання різного рівня складності відповідно до тем змістового модуля. За стереотипне завдання студент може отримати 2 бали, за діагностичне 3 бали та за евристичне 5 балів. Загальна кількість балів за контрольні роботи – 20;

*самостійної роботи:*

домашні завдання. Кожне домашнє завдання оцінюється від 2 до 8 балів залежно від складності завдання. Максимальна оцінка ставиться за умови правильного виконання та наявності обґрунтованої відповіді. Кількість домашніх завдань – 6, максимальна кількість балів за усі домашні завдання становить 32 бали.

Загальними критеріями, за якими здійснюється оцінювання позааудиторної самостійної роботи здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти, є такі: глибина і міцність знань відповідно до базових понять, рівень мислення; уміння систематизувати знання за окремими темами; уміння робити обґрунтовані висновки, володіти категорійним апаратом, навичками та прийомами виконання практичних завдань; уміння знаходити необхідну інформацію, здійснювати її систематизацію, обробку та аналіз; самореалізація на практичних заняттях.

**Підсумковий контроль** знань та компетентностей студентів із навчальної дисципліни здійснюється на підставі сумування оцінок за всі види контролю, які мали місце протягом семестру.

Студента слід вважати атестованим, якщо сума балів, одержаних за результатами підсумкової/семестрової перевірки успішності, дорівнює або перевищує 60. Мінімально можлива кількість балів за поточний і модульний контроль (а отже і залік) упродовж семестру – 60 та максимально можлива кількість балів – 100.

Підсумкова оцінка з навчальної дисципліни розраховується з урахуванням балів, отриманих під час поточного контролю за накопичувальною системою. Сумарний результат у балах за семестр складає: «60 і більше балів – зараховано», «59 і менше балів – не зараховано» та заноситься у залікову «Відомість обліку успішності» навчальної дисципліни.

Виставлення підсумкової оцінки здійснюється за шкалою, наведено в таблиці «Шкала оцінювання: національна та ЄКТС».

### Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D		
60 – 63	E	задовільно	не зараховано
35 – 59	FX	Незадовільно	
1 – 34	F		

Форми оцінювання та розподіл балів наведено у таблиці «Рейтинг-план навчальної дисципліни».

### Рейтинг-план навчальної дисципліни

Тема	Форми та види навчання		Форми оцінювання	Мак бал
1	2		3	4
Тема 1. Теоретичні основи самоменеджменту	<i>Аудиторна робота</i>			
	Лекція	Лекція за питаннями: Сутність і призначення самоменеджменту Основні концепції самоменеджменту. Функції самоменеджменту	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Практичне заняття: "Дослідження ключових сфер особистості", "Розробка плану особистого життя і кар'єри". Дискусія	Активна участь у виконанні завдань	6
	<i>Самостійна робота</i>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу. Підготовка висновків з практичного заняття. Самостійне творче завдання: "Карта бажань"	Перевірка домашніх завдань	6
Тема 2. Управління ресурсом часу (тайм-менеджмент)	<i>Аудиторна робота</i>			
	Лекція	Лекція за питаннями: Сутність ресурсу часу Методи аналізу витрачання часу	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Практичне заняття: "АВС-хронометраж", "Система управління часом Франкліна". Дискусія	Активна участь у виконанні завдань	6
	<i>Аудиторна робота</i>			
	Лекція	Міні-лекції: Система Б. Франкліна. Матриця пріоритетів Д. Ейзенхауера. Правило В. Паретто «80/20». АБВ-аналіз.	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Практичне заняття: "Матриця Ейзенхауера". Групова робота "Аналіз поглиначів часу"	Активна участь у виконанні завдань	
	<i>Самостійна робота</i>			
Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття. Самостійне завдання "Аналіз витрат робочого часу"	Перевірка домашніх завдань	6	



Тема 3. Управління ресурсом активності і працездатності	<i>Аудиторна робота</i>			
	Лекція	Проблемна лекція: Поняття ресурсу активності і працездатності та його місце в житті сучасної людини	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Практичне заняття: "Хронотип", "Здоровий спосіб життя", "Оцінка рівня стресостійкості", "Подолання стресу"	Активна участь у виконанні завдань	6
	<i>Самостійна робота</i>			
Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття. Самостійне завдання: "Розробка власного раціону"	Перевірка домашніх завдань	2	
Тема 4. Управління ресурсом платоспроможності	<i>Аудиторна робота</i>			
	Лекція	Лекція за питаннями: Поняття ресурсу платоспроможності. Фінансове планування життя.	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Практичне заняття: "Побудова сімейного бюджету"	Активна участь у виконанні завдань	4
	<i>Самостійна робота</i>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до заняття, огляд теоретичного матеріалу. Самостійне завдання "Оцінка власного бюджету"	Перевірка домашніх завдань	4
	<i>Аудиторна робота</i>			
	Лекція	Лекція за питаннями: Методи управління ресурсом платоспроможності. Особистий фінансовий ризик-менеджмент	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Ділова гра "Управління власними коштами"	Активна участь у виконанні завдань	6
		Контрольна робота		10
<i>Самостійна робота</i>				
Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до заняття, огляд теоретичного матеріалу. Підготовка до контрольної роботи	Перевірка домашніх завдань		
Тема 5. Управління ресурсом освіченості	<i>Аудиторна робота</i>			
	Лекція	Проблемна лекція: Вимоги до освіченої людини в сучасному суспільстві. Освіченість як стратегічна перевага особистості	Активна робота на парі	
Практичне заняття	Практичне заняття: "Моделювання власного професійного портрету". Дискусія	Активна участь у виконанні	4	

			завдань	
	<b>Самостійна робота</b>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до заняття, огляд теоретичного матеріалу. Самостійне завдання "Модель розвитку власних професійних якостей"	Перевірка домашніх завдань	6
Тема 6. Лідерство як елемент процесу розвитку особистості менеджера	<b>Аудиторна робота</b>			
	Лекція	Лекція за питаннями: Поняття та сутність лідерства. Типологія лідерства.	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Практичне заняття: "Оцінка лідерських якостей". Дебати: "Розвиток лідерських якостей"	Активна участь у виконанні завдань	6
	<b>Самостійна робота</b>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до тренінгового заняття. Самостійне творче завдання "Підготовка власного портфоліо"	Перевірка домашніх завдань	8
	<b>Аудиторна робота</b>			
	Лекція	Лекція за питаннями: Класичні теорії лідерства: лідерських якостей, ситуаційного лідерства, функціонального лідерства. Сучасні погляди на лідерство.	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Семинар "Сучасні теорії лідерства"	Активна участь у семінарі	6
	<b>Самостійна робота</b>			
	Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до заняття, огляд теоретичного матеріалу.	Перевірка домашніх завдань	
Тема 7. Розвиток лідерства	<b>Аудиторна робота</b>			
	Лекція	Лекція за питаннями: Діагностика лідерства. Розвиток лідерських компетентностей	Активна робота на парі	
	Практичне заняття	Практичне заняття: "Напрями розвитку лідерства"	Активна участь у семінарі	4
		Контрольна робота		10
	<b>Самостійна робота</b>			
Питання та завдання до самостійного опрацювання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до заняття, підготовка до контрольної роботи.	Перевірка домашніх завдань		

## Рекомендована література

### Основна

1. Лугова В.М. Основи самоменеджменту та лідерства [Електронний ресурс] : навчальний посібник / В. М. Лугова, С. М. Голубєв. – Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. – 219 с.
2. Чкан А. С. Самоменеджмент : навчальний посібник / А. С. Чкан, С. В. Маркова, Н. М. Коваленко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2018. – 84 с.

### Додаткова

3. Антонов В.М. Акмеологія щастя в Україні: кіберакмеологічний аспект : монографія / В.М.Антонов. – Київ : Агар MG, 2018. – 136 с.
4. Антонов В.М. Акмеологія здоров'я в Україні: монографія / В.М. Антонов, Є.А. Кульгінський, Ю.В. Антонова-Рафі. – Київ : СТ-Друк3. – 2018. – 388 с.
5. Карпенко З.С. Аксиологічна психологія особистості / З.С. Карпенко. – Івано-Франківськ : ПНУ, 2018. – 720 с.
6. Максвелл Дж. Новые лидерские ориентиры / Дж. Максвелл. – Минск : Попурри, 2020. — 256 с.
7. Мазяр О.В. Особистісний дисонанс: системний аналіз : монографія / О.В.Мазяр. — Житомир : Видавець О.О. Євенок, 2020. — 332 с.
8. Менеджмент : Навчальний посібник / Н.С. Краснокутська, О.М. Нащекіна, О.В. Замула та ін. – Харків : Друкарня Мадрид, 2019. – 231 с.
9. Трейси Б. Турбокоуч. Мощная система достижений для прорыва в карьере / Б. Трейси, К. Фрейзер. – Минск : Попурри, 2019. — 93 с.
10. Шармер О. Теория U. Лидерство из будущего / О.Шармер. – San Francisco, CA, USA : Berrett Koehler Publishers, Inc., 2018. – 650 с.
11. Maxwell J.C. Leadershift: The 11 Essential Changes Every Leader Must Embrace / J.C. Maxwell. – New York : HarperCollins, 2019. – 288 p.
12. Sternad D. Effective Management: Developing yourself, others and organizations / D. Sternad. – New York : Red Globe Press, 2020. – 454 p.

### Інформаційні ресурси в Інтернеті

13. Крутько С. Тайм-менеджмент: управление временем [Электронный ресурс]. / С. Крутько, К. Ногалес, А. Захаров. – Режим доступа : <https://4brain.ru/time/>
14. Сайт «Азбука финансов. Универсальный портал о личных финансах» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.azbukafinansov.ru/articles/index.php?article=169>
15. Путь лидера. Блог про развитие лидерских качеств, построение карьеры и достижение жизненного успеха [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://wayleader.blogspot.com/2009/03/kak-stat-liderom-7-pervih-shagov.html>
16. Основи самоменеджменту та лідерства. Сайт ПНС ХНЕУ ім. С. Кузнеця. – Режим доступу : <https://pns.hneu.edu.ua/course/view.php?id=3937>