

Індивідуальні завдання для додаткового накопичення балів

Кожне завдання оцінюється максимально у 4 бали

- **Завдання 1:** Скласти особистий план навчального тижня, використовуючи «список справ» (To-Do List) або Google Calendar, з чітким розподілом часу на навчання, відпочинок та інші активності.
- **Завдання 2:** Проаналізувати конкретну проблему з різних джерел інформації, оцінити її, запропонувати кілька варіантів рішень та обґрунтувати найкращий.
- **Завдання 3:** Підготувати та провести презентацію на задану тему перед групою студентів, активно використовуючи навички активного слухання під час обговорення.
- **Завдання 4:** Взяти на себе роль лідера в груповому проекті, організувати роботу команди, мотивувати учасників та розподілити відповідальність.
- **Завдання 5:** Провести самоаналіз своїх емоцій під час стресової ситуації або конфлікту, а також спробувати зрозуміти емоційний стан іншої людини та знайти компромісні рішення.
- **Завдання 6:** Взяти участь у тренінгу, який навчає ефективно реагувати на зміни та стресові ситуації, або знайти та застосувати техніки управління стресом.