

Sylabus pro předmět

OSOBNOST DATOVÉHO ANALYTIKA

Kód předmětu:	4IT548
Název v jazyce výuky:	Osobnost datového analytika
Název česky:	Osobnost datového analytika
Název anglicky:	Data Analyst Personality
Počet přidělených ECTS kreditů:	3
Forma výuky kurzu:	prezenční; 1/1 (počet hodin přednášek týdně / počet hodin cvičení týdně) při semestrální výuce mimosemestr; 13/13 (počet hodin přednášek za období / počet hodin cvičení za období) při mimosemestrální výuce
Forma ukončení kurzu:	zkouška
Jazyk výuky:	čeština
Doporučený typ a ročník studia:	magisterský navazující (druhý cyklus): 2
Semestr:	— obsah této položky nebyl definován —
Vyučující:	doc. Ing. Ota Novotný, Ph.D. (garant)
Omezení pro zápis:	žádné
Doporučené doplňky kurzu:	žádné
Vyžadovaná praxe:	žádná

Zaměření předmětu:

Cílem kurzu je prozkoumat limity pracovní efektivity a osobní spokojenosti v podmínkách zrychlujícího pracovního tempa a digitalizace. Nároky na výkon ve společnosti stoupají, ale naše mysl a tělo mají biologické a evoluční limity. V kurzu společně prozkoumáme přístupy k organizaci času, soustředění, fyzické kondici a jejich dopady na pracovní i osobní spokojenost. Pokusíme se navrhnout a zavést návyky, které povedou k větší produktivitě i spokojenosti.

Výsledky učení:

Studenti budou schopni

- aplikovat výsledky aktuálního poznání v oblasti osobní produktivity, zdravých pracovních návyků, soustředění a spokojenosti
- nastavit zdravé pracovní návyky pro sebe i své podřízené

Obsah předmětu:

Kurz je založen na kombinaci teoretických přednášek o aktuálních poznatcích wellbeing a happiness science, praktických aktivitách a skupinovém sdílení poznatků. Kurz se věnuje jak nastavení optimálního psychologického stavu pro doručení pracovních výsledků (software), tak fyzickým limitům (hardware) a jejich vlivu na efektivitu a spokojenost. Témata, se kterými se studenti seznámí jsou tíme blocking, pomodoro, mindfulness, biohacking, mikrobiom, spánková hygiena a existující digitální nástroje pomáhající s optimalizací efektivity.

Způsob studia, metody výuky a studijní zátěž (počet hodin):

Druh	Počet hodin studijní zátěže
	Prezenční studium
Účast na přednáškách	12
Příprava na přednášky	9
Účast na cvičeních/seminářích/tutoriálech	12
Příprava na cvičení/semináře/tutoriály	5
Příprava semestrální práce	40
Celkem	78

Způsoby a kritéria hodnocení:

Druh	Váha
	Prezenční studium
Aktivita na přednáškách/cvičeních/seminářích	40 %
Vypracování semestrální práce	60 %
Celkem	100 %

Hodnocení:

Zkoušky

1 Výborně (90 – 100 %)

2 Velmi dobře (75 – 89 %)

3 Dobře (60 – 74 %)

4 Nedostatečně (0 – 59 %)

Zápočty

Z Započteno

NZ Nezapočteno

Zvláštní podmínky a podrobnosti:

Tento kurz byl spolufinancován Evropskou unií, Národním plánem obnovy z projektu NPO_VŠE_MSMT-16603/2022

Literatura:

Typ*	Autor	Název	Místo vydání	Nakladatel	Rok	ISBN
D	Bartolini, S., & Bilancini, E. (2016).	Policies for happiness.	Oxford University Press.			
D	Clifton, J., & Harter, J. K. (2021).	Wellbeing at work: How to build resilient and thriving teams.	Gallup Press.			
D	Kabat-Zinn, J. (2003).	Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future.	Clinical Psychology: Science and Practice, 10(2), 144–156.			https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg016
D	Pagán-Castaño, E., Maseda-Moreno, A., & Santos-Rojo, C. (2020).	Wellbeing in work environments.	Journal of Business Research, 115, 469–474.			https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.12.007
D	Schulte, P., & Vainio, H. (2010).	Well-being at work – overview and perspective.	Scandinavian Journal of Work, Environment & Health, 36(5), 422–429.			http://www.jstor.org/stable/40967878

* Z – základní literatura D – doporučená literatura