

بسمه تعالی

مدیریت منابع انسانی و ساختار سازمانی دانشگاه دیرینه سال فردوسی مشهد با آگاهی به برنامه‌ریزی و اجرای دوره‌های آموزشی کوتاه مدت به عنوان محور اصلی آموزش و توانمندسازی منابع انسانی دانشگاه، تقویم آموزشی سه‌ماهه اول سال ۱۴۰۳ را مبتنی بر نیازسنجی از سطوح سازمان، واحدها، شغل و شاغل تدوین نموده است.

**** دوره‌های آموزش شغلی خارج از تقویم با درخواست واحدهای دانشگاه و پس از تصویب کمیته راهبری آموزش و توانمندسازی منابع انسانی دانشگاه (راتما)، برنامه‌ریزی و اجرا خواهد شد.**

**** اطلاع رسانی هر دوره آموزشی پیش از برگزاری از طریق سامانه مکاتبات اداری، سایت دانشگاه و معاونت برنامه‌ریزی و توسعه منابع انجام می‌گیرد.**

**** هزینه شرکت در دوره درج شده در جداول زیر، ویژه کارکنان سایر دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی، پژوهشی و فناوری و دستگاه‌های اجرایی می‌باشد. متقاضیان جهت کسب اطلاعات مربوط به دوره‌ها با شماره ۰۵۱۳۸۸۰۲۳۲۲ تماس حاصل فرمایند.**

مدیریت منابع انسانی و ساختار سازمانی

گروه توانمندسازی و مدیریت عملکرد

دوره‌های آموزشی فرهنگی و عمومی توسط مدیریت منابع انسانی و ساختار سازمانی به صورت عمومی برای کلیه کارکنان دانشگاه برگزار می‌گردد. هر عضو، در سال می‌تواند حداکثر ۲۸ ساعت دوره آموزشی فرهنگی و عمومی بگذراند.

دوره‌های فرهنگی و عمومی

دانش فناوری

عنوان دوره	تعداد ساعت	مدرس دوره	سرفصل دوره	زمان برگزاری	هزینه شرکت (دوره توان)
آشنایی با هوش مصنوعی و قابلیت‌های آن در نظام اداری	۴	دکتر حسین کریمی	آشنایی ابتدایی با هوش مصنوعی آشنایی با ChatGPT یادگیری چگونگی دسترسی و ارتباط با ChatGPT کاربردهای هوش مصنوعی در نظام اداری	۲ خرداد ماه ساعت ۱۳ الی ۱۷	۲۴۰,۰۰۰

توانمندی عمومی

عنوان دوره	تعداد ساعت	مدرس دوره	سرفصل دوره	زمان برگزاری	هزینه شرکت در دوره (تومان)
بهبود کیفیت زندگی کاری	۶	دکتر نوری کعب عمیر	کیفیت زندگی کاری و دیدگاه های مرتبط با آن نقش کیفیت زندگی در بهره وری سازمان و کارکنان آن استراتژی ها و برنامه های بهبود کیفیت زندگی کاری	۱۲ و ۱۳ اردیبهشت ماه ساعت ۱۱:۳۰ الی ۱۶	۳۶۰,۰۰۰
مدیریت استرس با رویکرد های نوین	۴	دکتر اعظم نوفرستی	آشنایی با استرس و انواع آن استرس و بیماری ها شخصیت های مستعد استرس و مقاوم در برابر استرس روش های مقابله با استرس	۲۰ اردیبهشت ماه ساعت ۹ الی ۱۳	۲۴۰,۰۰۰
مدیریت زمان	۶	دکتر آذوقاسی	عروض زمان اصول مدیریت زمان اتلاف کران زمان شیبیت رفتار	۲۲ و ۲۳ اردیبهشت ماه ساعت ۱۱ الی ۱۷	۳۶۰,۰۰۰
رفتارشناسی و ارتباط موثر با مدل دیسک DISC	۸	آقای سیدرضا آل طاه	تعریف دیسک - کاربرد های دیسک - تعریف ارتباط موثر - زاویه دید - سه اصل اساسی - چهار بعد رفتارشناسی - توری چهار لاین - تاریخچه دیسک - برون گرد کردن کرا - ویژگی های الگوی رفتاری D - ویژگی های الگوی رفتاری A - ویژگی های الگوی رفتاری S - ویژگی های الگوی رفتاری C - آموزش شناخت نحن و زبان بدن - استراتژی های تعامل با هر الگوی رفتاری	۲۹ و ۳۱ اردیبهشت ماه - ۵ و ۷ خرداد ماه - ساعت ۱۱ الی ۱۶	۴۸۰,۰۰۰

فرهنگ و اجتماع

عنوان دوره	تعداد ساعت	مدرس دوره	سر فصل دوره	زمان برگزاری	هزینه شرکت در دوره (تومان)
نقش والدین در زمینه شرفتحصیلی نوجوان	۴	خانم رقیه ارجی	نوجوان و چالشهایش - نقش والدین در شرفتحصیلی فرزندان - تغییرات گکور - بک زندگی یک محصل - ضروریات موفقیت تحصیلی	۱۳ اردیبهشت ماه ساعت ۱۹ الی ۱۳	۲۴۰٫۰۰۰
الگوی روابط سالم پیش از ازدواج - ویژه مجردان	۴	دکتر اعظم نوفرستی	تعریف رابطه سالم - عوامل موثر بر شکل گیری رابطه - نقش پدیده جذابت طر حواره ای در انتخاب شریک عاطفی - کی آمادگی شروع رابطه و ازدواج رو درارم ۹ - معیارهای رابطه سالم - چالش های رابطه - ترس از رهاشدن، خیانت، تنهایی و تحقیر در رابطه	۱۹ اردیبهشت ساعت ۱۳ الی ۱۷	۲۴۰٫۰۰۰
خاندان - ویژه معالین	۵	دکتر راضیه حافظی	گفتگوی سازنده - چالش های ارتباطی - تفاهم جاده دو طرفه است	۱۰ خرداد ماه ساعت ۱۴ الی ۱۹	۳۰۰٫۰۰۰
مدیریت مالی در زندگی (موال مالی برای والدین)	۸	دکتر وحید ارشدی	تئین چرنه های اقتصادی و جایگاه خانواده در آن - نقش نحوه تئین معیشت خانواده در رفتار افراد - تعریف متغیرهای بروز و درواز و تاثیر آن بر معیشت خانواده - هزینه فرصت و بینه سازی مصرف زمان و مال - تجارب خانواده ها در مدیریت و بینه سازی تخصیص منابع - تلاطم های اقتصادی جامعه و آثار آن بر اقتصاد خانواده - نحوه مدیریت اقتصادی خانواده در شرایط بی ثباتی اقتصادی - محال اجتماعی و آثار آن بر بهبود وضعیت اقتصادی خانواده ها	۲۶ خرداد ماه و ۲ تیر ماه ساعت ۱۳ الی ۱۷	۴۸۰٫۰۰۰

سلامت

عنوان دوره	تعداد ساعت	مدرس دوره	موضوع فصل دوره	زمان برگزاری	هزینه شرکت در دوره (تومان)
بک زندگی سالم و یوگای از دیات	۸	آقای فرامرز نیک بین	آشنایی با کلیات دیات - آشنایی با گروه های غذایی - واحد های کربوهیدرات - اصول کنترل و یوگای از دیات	۱۱ و ۹، ۴، ۲ و ۱۱ اردیبهشت ساعت ۱۶ الی ۱۴	۴۸۰،۰۰۰
تحلیل حرکات جهانی در محل کار و ارائه راهکارهای ارگونومی جهت یوگای از دیات اسکلتی - عضلانی	۴	دکتر فاطمه علی رضائی نغددر	آناتومی بدن - وضعیت های بدنی درست و نادرست - تمرینات و حرکات کششی	۲۳ و ۲۵ اردیبهشت ماه ساعت ۱۶ الی ۱۴	۲۴۰،۰۰۰
تغذیه ورزشی	۲	دکتر امیر رشید لمیر	گروه های غذایی - مایه ها و نمک های تغذیه - تغذیه قبل و بعد از تمرین	۱ خرداد ماه ساعت ۱۵ الی ۱۳	۱۸۰،۰۰۰
تحلیل حرکات جهانی در محل کار و ارائه راهکارهای ارگونومی جهت یوگای از دیات اسکلتی - عضلانی	۴	دکتر فاطمه علی رضائی نغددر	آناتومی بدن - وضعیت های بدنی درست و نادرست - تمرینات و حرکات کششی	۲۰ و ۲۲ خرداد ماه ساعت ۱۶ الی ۱۴	۲۴۰،۰۰۰
تمرین های ورزشی ساده در راستای سلامت جهانی و فیزیولوژیک در محیط های اداری	۶	دکتر سناز شاه طهماسبی - دکتر محمد مسافری	کم تحرکی و عوارض ناشی از آن - اصول فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی - راهکارهایی موثر جهت بهبود حفظ بک زندگی سالم و فعال - معرفی تمرینات ساده جهت اجراء در محیط های اداری - مشکلات و بیماری های جهانی شایع مرتبط با کم تحرکی - مولفه های آمادگی جهانی مرتبط با سلامت و نحوه ارزیابی آنها - تمرینات مناسب برای یوگای و بهبود عوارض و مشکلات ناشی از کم تحرکی - ملاحظات فعالیت های ورزشی برای افراد با شرایط خاص	۲۱ خرداد ماه - ساعت ۱۷ الی ۱۳ ۲۲ خرداد ماه ساعت ۱۶ الی ۱۴	۴۰۰،۰۰۰