МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Волгоградский государственный технический университет»**

**Факультет подготовки инженерных кадров**

УТВЕРЖДЕНО
Факультет подготовки инженерных кадров

Декан Гурулев Д.Н.
11.09.2019 г.

# Тайм-менеджмент

## рабочая программа дисциплины (модуля, практики)

Закреплена за кафедрой **Менеджмент и финансы производственных систем**

Учебный план направление 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника

Профиль **Электроснабжение**

Квалификация **бакалавр**

Срок обучения **4 года 11 месяцев**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Виды контроля в семестрах: зачеты 5

| Курс | 5 | | Итого | |
|---|---|---|---|---|
| | УП | ПП | УП | ПП |
| Лекции | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Практические | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Итого ауд. | 8 | 8 | 8 | 8 |
| Контактная работа | 8.25 | 8.25 | 8.25 | 8.25 |
| Сам. работа | 63.75 | 63.75 | 63.75 | 63.75 |
| Часы на контроль | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Практическая подготовка | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого трудоемкость в часах | 72 | 72 | 0 | 0 |

ЛИСТ ОДОБРЕНИЯ, СОГЛАСОВАНИЯ И АКТУАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Разработчик(и) программы:

ст. преподаватель Полянская Алёна Александровна

Рецензент(ы):
(при наличии)

Рабочая программа дисциплины (модуля, практики)
**Тайм-менеджмент**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:
Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника (приказ Минобрнауки России от 28.02.2018 г. № 144)

составлена на основании учебного плана:
направление 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника

Профиль: Электроснабжение

утвержденного учёным советом вуза от 05.06.2019 протокол № 12.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
**Менеджмент и финансы производственных систем**

30.08.2019 номер протокола 1 2019 г.
Зав. кафедрой Сазонов Сергей Петрович

СОГЛАСОВАНО:
Факультет подготовки инженерных кадров
Председатель НМС факультета: Гурулев Д.Н.

Протокол заседания НМС от
11.09.2019 г. № 1

Рабочая программа дисциплины (модуля, практики) актуализирована 31.08.2023

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ). ВИД, ТИП ПРАКТИКИ, СПОСОБ И ФОРМА (ФОРМЫ) ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ.

Основной целью курса «Тайм-менеджмент» является изучение студентами правил и приемов эффективной организации времени, приемов планирования и распределения времени, определение индивидуального рабочего стиля, изучение основ делегирования, изучение методов самоконтроля.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

| | |
|---|---|
| Цикл (раздел) ОП: | Б1.О |
| **2.1** | **Требования к предварительной подготовке обучающегося:** |
| 2.1.1 | Информационная культура студента |
| 2.1.2 | Основы экономики |
| 2.1.3 | Основы проектной деятельности |
| **2.2** | **Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:** |

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)

**УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни**

*УК-6.1: Эффективно планирует собственное время*

Результаты обучения: знает принципы тайм-менеджмента и эффективно их использует в профессиональной деятельности

*УК-6.2: Планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по е? реализации.*

Результаты обучения: использует теории и методы тайм-менеджмента для профессионального развития

## 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|
| 1 | **Раздел 1. Раздел 1. Обучение** | | | |
| 1.1 | Введение в тайм-менеджмент /Тема/ | 5 | 0 | |
| 1.1.1 | Предпосылки возникновения тайм-менеджмента, основные этапы его зарождения и развития. /Лек/ | 5 | 2 | |
| 1.1.2 | История возникновения тайм-менеджмента. Тейлоризм. Период "классического" тайм-менеджмента. "Советский" тайм-менеджмент. Современный тайм-менеджмент (конец XX - начало XXI вв). /Пр/ | 5 | 2 | |
| 1.2 | Целеполагание и виды планирования /Тема/ | 5 | 0 | |
| 1.2.1 | Целеполагание. Взаимосвязь темперамента, типа нервной деятельности, хронитипа как фактора повышения личной эффективности /Лек/ | 5 | 2 | |
| 1.2.2 | SMART-метод, КИНДР постановки целей, система долгосрочного, среднесрочного и краткосрочного планирования (ДСК), планирование с использованием интеллект-карт. Темперамент и тип нервной деятельности как фактор повышения личной эффективности. Хронотип человека /Пр/ | 5 | 2 | |
| 1.3 | Поглотители времени. Ресурсы времени. /Тема/ | 0 | 0 | |
| 1.4 | Корпоративный тайм-менеджмент. /Тема/ | 0 | 0 | |
| 2 | **Раздел 2. Раздел 2. Промежуточная аттестация** | | | |
| 2.1 | Проверка контрольных работ /Тема/ | 5 | 0 | |
| 2.1.1 | Контактная работа на атт. /КоРа/ | 5 | 0.25 | |
| 2.2 | Зачет /Тема/ | 5 | 0 | |
| 2.2.1 | Сам. работа /Ср/ | 5 | 63.75 | |

Примечание. Формы контроля: Эк – экзамен, К- контрольная работа, Ко- контрольный опрос, Сз- семестровое задание, З-зачет, ОП-отчет по практике.

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Оценочные средства планируемых результатов обучения представлены в виде фондов оценочных средств (ФОС), разработанных в соответствии с локальным нормативным актом университета. ФОС может быть представлен в

Приложении к рабочей программе.

ФОС представлен в Приложении к рабочей программе.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год. | Электронный адрес |
|---|---|---|---|---|
| Л.1 | Аракелова И. В. | Рабочая тетрадь по тайм-менеджменту: учеб. пособие | Волгоград: ВолгГТУ, 2016 | |
| Л.2 | Филиппова Т. А., Гаврилова О. А., Нестеренко Т. В., Гущина Ю. И. | Тайм-менеджмент: учеб. пособие | Волжский: ВПИ (филиал) ВолгГТУ, 2017 | |
| Л.3 | Машенцева Г. А. | Тайм-менеджмент: учеб. пособие | Волгоград: ВолгГТУ, 2019 | |
| Л.4 | Калинин С. И. | Тайм-менеджмент: Практикум по управлению временем | СПб.: Речь, 2006 | |

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

| | |
|---|---|
| Э1 | Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Лань. |
| Э2 | BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство КноРус. |

### 6.3 Перечень программного обеспечения

| | |
|---|---|
| 6.3.1.1 | СДО «Moodle» — система дистанционного обучения |
| 6.3.1.2 | Операционная система Windows |
| 6.3.1.3 | Adobe Acrobat Reader DC — бесплатное решение для просмотра файлов PDF |
| 6.3.1.4 | LibreOffice — офисный пакет |

### 6.4 Перечень информационных справочных систем и электронных библиотечных систем (ЭБС)

| | |
|---|---|
| 6.3.2.1 | СПС "Консультант Плюс" (http://www.consultant.ru/). Свободный доступ в сети Интернет. |
| 6.3.2.2 | СДО «Moodle» — система дистанционного обучения |
| 6.3.2.3 | Операционная система Windows |
| 6.3.2.4 | Adobe Acrobat Reader DC — бесплатное решение для просмотра файлов PDF |
| 6.3.2.5 | LibreOffice — офисный пакет |

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ) /ОБОРУДОВАНИЕ

| | |
|---|---|
| 7.1 | Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. /Учебная доска, учебная мебель, интерактивная трибуна, видеопроектор. |
| 7.2 | Лаборатория информационных технологий. /Учебная мебель, компьютерная техника, оснащенная программным обеспечением, доступом в Интернет и в электронную информационно-образовательную среду университета |
| 7.3 | Аудитория для самостоятельной работы обучающихся./Учебная мебель, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (читальный зал информационно-библиотечного центра) |
| 7.4 | |

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ, ПРАКТИКИ)

Организация образовательного процесса по данной дисциплине регламентируется учебным планом и расписанием учебных занятий. При формировании своей индивидуальной образовательной траектории обучающийся имеет право на перезачет дисциплины (переаттестации ее части), если она была освоена в процессе предшествующего обучения. Перезачёт (переаттестации ее части)освобождает обучающегося от необходимости повторного освоения дисциплины (полностью или частично).

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями и практическими занятиями. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в электронной информационной образовательной среде.

Лекционный курс предполагает систематизированное изложение основных вопросов учебного плана. На первой лекции лектор информирует студентов о рекомендуемой литературе и электронных источниках информации по дисциплине, с указанием, какой учебник (учебное пособие) является базовым.

Практические занятия представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают основные разделы дисциплины.

Основной формой проведения практических занятий является решение конкретных задач, аналогичные которым, будут выполнять студенты на лабораторных работах.
Лабораторные работы предполагают выполнение и отчет заданий по темам, рассмотренным на лекционных и закрепленных на практических занятиях. Каждому лабораторному занятию предшествует самостоятельная подготовка студента,
включающая: ознакомление с содержанием лабораторной работы по методическим указаниям; проработку теоретической части по лекционному материалу и учебникам, рекомендованным в методических указаниях;
Самостоятельная работа студентов включает изучение законспектированного на лекционных занятиях материала, дополнение его с учетом рекомендованной по данной теме литературы, самостоятельную подготовку к лабораторным работам, самостоятельное выполнение и оформление заданий контрольной работы, аналогичных выполненным на занятиях.

Аракелова И. В. Методические указания к практическим (семинарским) занятиям по дисциплине «Тайм-менеджмент» для студентов направления 38.03.01 «Экономика» всех форм обучения : / сост. И. В. Аракелова; ВолгГТУ. - Волгоград : ВолгГТУ, 2018. - 16 с.

В течение семестра для студентов проводятся групповые текущие консультации по учебной дисциплине, а также консультация перед экзаменом.

Методические рекомендации по обучению лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов
Профессорско-педагогический состав знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами.
В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. N АК-44/05вн), в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.
Освоение дисциплины лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам лиц с ОВЗ (при необходимости).
Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств. Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания.
При необходимости для обучающихся с инвалидностью процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.