

Аннотация к рабочей программе дисциплины «Б1.В.05.10 САМОМЕНЕДЖМЕНТ»

Объем трудоемкости: 72 час = 2 зачетных единицы.

Цель дисциплины: сформировать у студентов готовность к самореализации, использованию творческого потенциала, действиям в нестандартных ситуациях, готовность нести ответственность за принятые решения и работать в команде, готовность создавать команды и руководить коллективом (группами, командами).

Задачи дисциплины:

Теоретическая компонента:

- освоить современные теоретические подходы и технологий самоменеджмента;
- формирование способности к деятельности в команде, коллективе;
- формирование готовности к осуществлению функций руководителя;
- освоение технологий эффективного руководства, включая умение действовать в нестандартных ситуациях, принимать взвешенные решения с учетом последствий и различных видов ответственности, осуществлять самооценку и оценку результативности команды.

Познавательная компонента:

- уметь использовать подходы к планированию личного развития и самореализации;
- уметь определять цели личного развития и планировать его, применять технологии развивающей деятельности;
- уметь проводить анализ использования рабочего времени, планировать рабочий день, неделю и т.д., формулировать, декомпозировать цели и определять приоритеты в работе, использовать матрицы управления временем;
- уметь создавать команды и эффективно работать в командах, отстаивать свою позицию, убеждать, находить компромиссные и альтернативные решения, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения;
- уметь применять принципы системного мышления, действовать в нестандартных ситуациях и использовать творческий потенциал;
- уметь разрабатывать систему управления результативностью на основе современных моделей эффективности;
- владеть навыками современных технологий самоменеджмента, включая тайм-менеджмент, управление стрессом, принятие эффективных решений и действия в нестандартных ситуациях, самодиагностику, самореализацию и саморазвитие;
- владеть методами минимизации потери времени и навыками личной эффективности;
- владеть методами саморегуляции и поддержания работоспособности;
- владеть навыками развития лидерства;
- владеть навыками эффективной коммуникации.

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Самоменеджмент» относится к части, формируемая участниками образовательных отношений Модуль 5 "Экономико-управленческий и информационный" учебного плана. Изучается она на втором курсе заочной, и базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных по следующим дисциплинам: основы теории управления, разработка нормативно-методических документов организации, стратегическое управление документацией организации, организация и технология ДОО, информационно - документационное обеспечение представительных органов власти и управления, информационно - документационное обеспечение деятельности руководителя организации. Учебная программа дисциплины «Самоменеджмент» предусматривает проведение занятий в форме лекций и практических работ. Она подготовлена в соответствии требованиями, предъявленными с требованиями ФГОС ВО 3++.

Достижение этой цели сопровождается раскрытием перед студентами значения самоменеджмента в развитии личности. Основные положения дисциплины должны быть

использованы в дальнейшем в процессе реальной организационной практики и написании выпускной квалификационной работы.

Требования к уровню освоения дисциплины

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине (<i>знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности)</i>)
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	
УК-6.1 Понимает необходимость осознанного управления своим временем и другими личностными ресурсами для выстраивания и реализации траектории саморазвития, личностных достижений, постоянного самообразования	Знает основные подходы к планированию личного развития и самореализации, личностных достижений, постоянного самообразования
	Умеет определять цели и применять технологии личного развития и планировать их для выстраивания и реализации траектории саморазвития, личностных достижений, постоянного самообразования
	Владеет навыками методами минимизации потери времени и навыками личной эффективности
УК-6.2 Планирует траекторию саморазвития, определяет ресурсы, ограничения и приоритеты собственной деятельности, эффективно использует личностные ресурсы	Знает современные технологии самоменеджмента, включая тайм-менеджмент, управление стрессом, принятие эффективных решений и действия в нестандартных ситуациях, самодиагностику, самореализацию и саморазвитие
	Умеет проводить анализ использования рабочего времени, планировать рабочий день, неделю и т.д., формулировать, декомпозировать цели и определять приоритеты в работе, использовать матрицы управления временем
	Владеет навыками самодиагностики, определяет ресурсы, ограничения и приоритеты собственной деятельности, эффективно использует личностные ресурсы
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.1 Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	Знает основы методов саморегуляции и профилактики профессиональных заболеваний
	Умеет пользоваться оздоровительными системами и профилактики профессиональных заболеваний
	Владеет навыками саморегуляции и поддержания работоспособности
УК-7.2 Выполняет индивидуально подобранные комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры	Знает современные методы и комплексы адаптивной физической культуры
	Умеет делать выбор эффективных методов адаптивной физической культуры
	Имеет опыт планирования и следования оздоровительной или адаптивной физической культуре для поддержания выносливости и работоспособности

Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (72 час.), их распределение по видам работ представлено в таблице:

Виды работ	Всего часов	Форма обучения
		заочная
		7 семестр (72)
Контактная работа, в том числе:	8,2	8,2
Аудиторные занятия (всего):		
занятия лекционного типа	4	4
практические занятия		
семинарские занятия	4	4
Иная контактная работа:		
Контроль самостоятельной работы (КСР)		
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2	0,2
Самостоятельная работа, в том числе:	60	60
<i>Контрольная работа</i>	10	10
<i>Реферат/эссе (подготовка)</i>	10	10
<i>Самостоятельное изучение разделов, самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам и т.д.)</i>	34	34
Подготовка к текущему контролю	6	6
Контроль:	-	-
Подготовка к зачету		
Общая трудоемкость	72	72
в том числе контактная работа	8,2	8,2
зач. ед	2	2

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

Курсовые работы: не предусмотрены

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет

Автор: И.о. заведующего кафедрой общего, стратегического, информационного менеджмента и бизнес-процессов, канд. экон. наук, доцент Ланская Д.В.