

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»

УТВЕРЖДАЮ
Директор по образовательной
деятельности

_____ С.Т. Князев
«__» _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

Код модуля	Модуль
1157895	Самоменеджмент

Екатеринбург

Перечень сведений о рабочей программе модуля	Учетные данные
Образовательная программа 1. Интеллектуальные информационные системы и технологии функциональной диагностики и нейрореабилитации 2. Разработка программно-информационных систем 3. Разработка и управление в программных проектах 4. Интеллектуальные информационные системы и технологии в медицине	Код ОП 1. 09.04.02/33.02 2. 09.04.04/33.01 3. 09.04.04/33.02 4. 09.04.02/33.11
Направление подготовки 1. Информационные системы и технологии; 2. Программная инженерия	Код направления и уровня подготовки 1. 09.04.02; 2. 09.04.04

Программа модуля составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Охотников Олег Валентинович	кандидат филос. наук, доцент	доцент	Кафедра управление персоналом и психологии
2	Пономарева Ольга Яковлевна	кандидат психологических наук, доцент	доцент	управления персоналом и психологии

Согласовано:

Управление образовательных программ

Р.Х. Токарева

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ Самоменеджмент

1.1. Аннотация содержания модуля

Модуль «Самоменеджмент» состоит из одноименной дисциплины. Изучение дисциплин модуля позволит студентам овладеть необходимыми знаниями и умениями для успешного использования технологий и техник самоменеджмента для достижения профессиональных и личных целей обучаемых. Рассматриваются практические методы управления деятельностью и временем в разных сферах жизни, развития личностного потенциала, способы принятия решения, планирования процессов, развития карьеры, работы в команде и эффективного общения.

1.2. Структура и объем модуля

Таблица 1

№ п/п	Перечень дисциплин модуля в последовательности их освоения	Объем дисциплин модуля и всего модуля в зачетных единицах
1	Самоменеджмент	3
ИТОГО по модулю:		3

1.3. Последовательность освоения модуля в образовательной программе

Пререквизиты модуля	Не предусмотрены
Постреквизиты и кореквизиты модуля	Не предусмотрены

1.4. Распределение компетенций по дисциплинам модуля, планируемые результаты обучения (индикаторы) по модулю

Таблица 2

Перечень дисциплин модуля	Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)
1	2	3
Самоменеджмент	УК-6 - Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности, выстраивать траекторию профессионального и личностного развития, в том числе с	З-2 - Излагать методы самооценки личности и эффективные стратегии (техники) личностного роста, профессионального и карьерного развития У-1 - Оценивать личностные и профессиональные качества, особенности характера, определять направления личностного роста, прогнозировать развитие в профессиональной деятельности,

<p>использованием цифровых средств</p>	<p>используя методы самодиагностики и цифровые средства</p> <p>П-1 - Разрабатывать программу своего профессионального и карьерного развития, в том числе с использованием цифровых средств</p> <p>П-3 - Осуществлять самооценку, используя рефлексивные методы, формулировать цели саморазвития и составлять план действий для их достижения на основе стратегии (техники) личностного роста и профессионального развития</p> <p>Д-2 - Демонстрировать стремление к самосовершенствованию и личностному росту</p>
<p>ПК-1 - Способен применять методы организации и управления информационными процессами</p> <p>(Разработка и управление в программных проектах)</p>	<p>З-2 - Описать методы принятия управленческих решений</p> <p>У-2 - Анализировать и применять на практике методы принятия управленческих решений</p> <p>П-2 - Иметь практический опыт участия в команде и управления командой по разработке IT-проекта</p> <p>П-3 - Моделировать процесс разработки проекта</p>
<p>ПК-1 - Способен применять методы организации и управления информационными процессами</p> <p>(Разработка программно-информационных систем)</p>	<p>З-2 - Описать методы принятия управленческих решений</p> <p>У-2 - Анализировать и применять на практике методы принятия управленческих решений</p> <p>П-2 - Иметь практический опыт участия в команде и управления командой по разработке IT-проекта</p>
<p>ПК-2 - Способен управлять программно-техническими, технологическими и человеческими ресурсами</p> <p>(Разработка и управление в</p>	<p>З-2 - Различать основные принципы и методы управления персоналом</p> <p>У-1 - Определять оптимальные методы и принципы управления человеческими ресурсами</p> <p>П-1 - Использовать и применять технологии гибкого подхода к управлению (Agile и др.)</p>

	<p>программных проектах)</p>	
	<p>ПК-2 - Способен управлять программно-техническими, технологическими и человеческими ресурсами</p> <p>(Разработка программно-информационных систем)</p>	<p>З-2 - Различать основные принципы и методы управления персоналом</p> <p>У-1 - Определять оптимальные методы и принципы управления человеческими ресурсами</p> <p>П-1 - Использовать и применять технологии гибкого подхода к управлению (Agile и др.)</p>

1.5. Форма обучения

Обучение по дисциплинам модуля может осуществляться в очной формах.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Самоменеджмент

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Охотников Олег Валентинович	кандидат филос.наук, доцент	доцент	Кафедра управление персоналом и психологии
2	Пономарева Ольга Яковлевна	кандидат психологических наук, доцент	доцент	управления персоналом и психологии

Рекомендовано учебно-методическим советом института Радиоэлектроники и информационных технологий - РТФ

Протокол № 2 от 07.03.2019 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Охотников Олег Валентинович, доцент, Кафедра управление персоналом и психологии
- Пономарева Ольга Яковлевна, доцент, управления персоналом и психологии

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Исключительно электронного обучения с использованием внутреннего онлайн-курса УрФУ;
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*
Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
Раздел 1.	Самоменеджмент: личностный и функциональный подходы	Тема 1. Понятие самоменеджмента Тема 2. Человек как самоуправляемая система Тема 3. Личностный и функциональные подходы к самоменеджменту Тема 4. Целеполагание как функция самоменеджмента
Раздел 2.	Самоменеджмент как технология. Тайм-менеджмент	Тема 1. Время как ресурс Тема 2. Техники планирования личного времени Тема 3. Техники принятия решения Тема 4. Темпо-ритмические характеристики управления личным временем Тема 5. Техники продуктивной организации и исполнения планов Тема 6. Техники контроля личного времени Тема 7. Техники коммуникации в повышении эффективности управления личным временем Тема 8. Техники работы с информацией

Раздел 3.	Самоменеджмент как технология. Карьерное планирование	Тема 1. Понятие профессиональной карьеры и ее развитие Тема 2. Управление карьерой: если бы я был менеджером
Раздел 4.	Самоменеджмент как технология. Команда и командообразование	Тема 1. Понятие команды и командообразования Тема 2. Техники развития навыков командной работы
Раздел 5.	Самоменеджмент как технология. Инструменты и методы повышения личной эффективности	Тема 1. Инструменты самомотивации Тема 2. Стиль жизни в режиме самоменеджмента
	онлайн-курс университета "Самоменеджмент"	https://openedu.ru/course/urfu/SMNGM/

1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Направления воспитательной деятельности сопрягаются со всеми результатами обучения компетенций по образовательной программе, их освоение обеспечивается содержанием всех дисциплин модулей.

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Самоменеджмент

Электронные ресурсы (издания)

1. Реунова, , М. А.; Тайм-менеджмент студента университета : учебное пособие.; Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, Оренбург; 2012; <http://www.iprbookshop.ru/30084.html> (Электронное издание)
2. Цибулькинова, , В. Е.; Тайм-менеджмент в образовании : учебно-методический комплекс дисциплины.; Московский педагогический государственный университет, Москва; 2016; <http://www.iprbookshop.ru/72515.html> (Электронное издание)
3. Вершинина, В. В.; От самопознания к саморегуляции: (дневник здоровья) : учебно-методическое пособие.; Ульяновский государственный педагогический университет (УлГПУ), Ульяновск; 2014; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278078> (Электронное издание)
4. Бородкин, Ф. М.; Социальные индикаторы : учебник.; Юнити, Москва; 2015; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118138> (Электронное издание)
5. Григорян, Е. С.; Корпоративная социальная ответственность : учебник.; Дашков и К°, Москва; 2019; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496198> (Электронное издание)
6. , Парахина, В. Н.; Самоменеджмент : учебное пособие.; Директ-Медиа, Москва; 2014; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233957> (Электронное издание)
7. Бобина, Н. В.; Самоменеджмент : учебное пособие.; Сочинский государственный университет, Сочи; 2020; <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618131> (Электронное издание)
8. Севостьянов, , Д. А.; Обратный самоменеджмент : монография.; Золотой колос, Новосибирск; 2019; <http://www.iprbookshop.ru/109516.html> (Электронное издание)

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

онлайн-курс университета УрФУ "Самоменеджмент" <https://openedu.ru/course/urfu/SMNGM/>

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Самоменеджмент

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения
1	Практические занятия	Персональные компьютеры по количеству обучающихся Подключение к сети Интернет	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES
2	Самостоятельная работа студентов	Персональные компьютеры по количеству обучающихся Подключение к сети Интернет	Office 365 EDUA5 ShrdSvr ALNG SubsVL MVL PerUsr B Faculty EES