

*Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Северо-Осетинский государственный университет  
имени Коста Левановича Хетагурова»*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«Тайм-менеджмент»**

**Направление 38.03.02 Менеджмент  
Профиль «Менеджмент»**

**Квалификация (степень) выпускника – бакалавр**

**Год начала подготовки – 2023  
Форма обучения – очная**

Утверждена в составе ОПОП.

Составители: к.э.н., доцент кафедры менеджмента, маркетинга и туризма Кабисов М.Е.

Владикавказ 2023

### 1. Структура и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачётные единицы. (72 час.).

	Очная форма обучения
Курс	2
Семестр	4
Лекции	16
Практические занятия	16
Лабораторные занятия	-
Консультации	
Итого аудиторных занятий	32
Самостоятельная работа	40
Курсовая работа	-
Зачет	+
Экзамен	-
Общее количество часов	72 час.

### 2. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Тайм-менеджмент» является освоение способностей профессионально осуществлять функцию управления; овладение знаниями и навыками рациональной организации управленческого труда; овладение общесистемными и специальными знаниями и навыками анализа роли и места руководителя в системе управления; овладение знаниями и навыками совершенствования технологии и организации личного труда руководителя.

### 3. Место дисциплины в структуре ОПОП:

Дисциплина «Тайм-менеджмент» относится к дисциплинам Блок 1. Дисциплины (модули). Часть, формируемая участниками образовательных отношений. Б1.В.ДВ.03.02.

Для изучения дисциплины необходимы знания, полученные обучающимися в результате освоения дисциплин «Теория менеджмента», «Физическая культура и спорт», «Безопасность жизнедеятельности».

Приступая к изучению дисциплины «Тайм-менеджмент», студент должен иметь представление об основах экономических знаний, о теории менеджмента.

### 4. Требования к результатам освоения дисциплины

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями (результатами освоения образовательной программы):

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

Взаимосвязь планируемых результатов обучения по дисциплине с формируемыми компетенциями ОПОП:

Компетенции		Планируемые результаты обучения, соответствующие формируемым компетенциям ОПОП		
Код	Формулировка	Знать:	Уметь	Владеть:
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и	-основы управления личной карьерой; -основы	- составлять личный план и резюме; - составлять	- комплексом исследовательских и аналитических методов;

	реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	управления собственным временем; -эффективную организацию рабочего места; -принципы и правила делегирования полномочий; -технику публичного выступления -основы современного делового общения; -основы повышения работоспособности и организации личного самоконтроля.	график рабочего времени; - организовать свое рабочее место; -готовить деловые письма; -выступать публично; -принимать решения; -управлять собственным временем;	- правилами работы с информацией; - правилами делового этикета; - правилами планирования жизненных целей; -навыками ведения деловых переговоров; -правилами и приемами поддержки хорошего состояния здоровья.
--	--	---	--	---

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

## 5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

Таблица 5.1

Номер недел и	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа студентов		Формы контроля	Лит ерат ура
		л	пр	Содержание	Часы		
1.	Сущность и содержание тайм-менеджмента	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий	4	Решение тестов и ситуаций	1-5
2.	Личное время и принципы его эффективного использования	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий	6	Решение тестов и ситуаций	1-5
3.	Хронометраж как персональная система учета времени	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий	4	Решение тестов и ситуаций	1-5
4.	Принцип Парето и АВС-анализ в тайм-менеджменте	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий. Подготовка к рубежному контролю.	6	Решение тестов и ситуаций	1-5

5.	Планирование личной работы	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий	4	Решение тестов и ситуаций	<b>1-5</b>
6.	Обзор задач и их роль в принятии решений	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий	6	Решение тестов и ситуаций	<b>1-5</b>
7.	Приоритеты и их расстановка в тайм-менеджменте	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий	4	Решение тестов и ситуаций	<b>1-5</b>
8	Технологии достижения результатов	2	2	Изучение теоретических вопросов и выполнение заданий. Подготовка к рубежному контролю.	6	Решение тестов и ситуаций	<b>1-5</b>
	Итого	16	16		40		

**Примечания:**

– Все виды учебной работы могут проводиться дистанционно на основании локальных нормативных актов.

– В целях реализации индивидуального подхода к обучению студентов, осуществляющих учебный процесс по индивидуальной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины может осуществляться через индивидуальные консультации преподавателя очно, в часы консультаций, по электронной почте и с использованием платформ дистанционного обучения.

## **6. Образовательные технологии**

В соответствии с государственными образовательными стандартами высшего образования реализация учебного процесса должна предусматривать проведение занятий в интерактивных и активных формах. Внедрение этих форм обучения – одно из важнейших направлений совершенствования подготовки студентов в современном вузе. Цель – повышение эффективности образовательного процесса, достижение всеми обучающимися высоких результатов обучения.

Интерактивные формы проведения занятий предполагают обучение в сотрудничестве. Все участники образовательного процесса (преподаватель и студенты) взаимодействуют друг с другом, обмениваются информацией, совместно решают проблемы, моделируют ситуации. Суть использования активных и интерактивных форм проведения состоит в погружении студентов в реальную атмосферу делового сотрудничества по разрешению проблем, оптимальную для выработки навыков и качеств будущего специалиста.

Для решения воспитательных и учебных задач преподавателем могут быть использованы следующие интерактивные формы обучения.

**Традиционные лекции и практические (семинарские) занятия** с использованием современных интерактивных технологий.

**Лекция-диалог** – содержание подается через серию вопросов, на которые студент должен отвечать непосредственно в ходе лекции.

**Онлайн-семинар** – разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Каждый из участников находится у своего компьютера (средства связи), а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника.

**Видеоконференция** – сеанс видеоконференцсвязи (ВКС) – это технология интерактивного взаимодействия двух и более участников образовательного процесса для

обмена информацией в реальном режиме времени.

**Видео-лекция** – снятая на камеру сокращенная лекция, дополненная фотографиями и схемами, иллюстрирующая подаваемый в лекции материал.

**Технология электронного обучения** (реализуется при помощи электронной образовательной среды СОГУ при использовании ресурсов ЭБС, при проведении автоматизированного тестирования и т. д.).

**Творческое задание** составляет содержание (основу) любой интерактивной формы проведения занятия. Выполнение творческих заданий требует от студента воспроизведения полученной ранее информации в форме, определяемой преподавателем и требующей творческого подхода: 1) подборка примеров из практики; 2) подборка материала по определенной проблеме;

**Публичная презентация проекта** - самый эффективный способ донесения важной информации при публичных выступлениях. Слайд-презентации позволяют эффектно и наглядно представить содержание, выделить и проиллюстрировать сообщение.

**Интерактивная лекция** представляет собой выступление преподавателя перед аудиторией студентов с применением следующих интерактивных форм обучения: 1. управляемая дискуссия или беседа; 2. демонстрация слайдов или учебных фильмов; 3. мозговой штурм; 4. мотивационная речь и др.

**Разработка проекта** позволяет участникам мысленно выйти за пределы аудитории и составить проект своих действий по обсуждаемому вопросу. Участники могут обратиться за консультацией, дополнительной литературой в специализированные учреждения, библиотеки и т.д.

**Проблемное обучение** - поиск ответов на вопросы по теме.

## **7. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является одним из видов учебных занятий. Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся студентов;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

К видам самостоятельной работы при изучении данной дисциплины относятся: написание докладов, эссе, подготовка презентаций, самостоятельное изучение литературы по теме и составление по ней конспектов, работа со справочными материалами (терминологическими и иными словарями, энциклопедиями) и т.д.

Темы и формы внеаудиторной самостоятельной работы, ее трудоёмкость содержатся в разделе 5, табл. 5.1.

Методические рекомендации по дисциплине прилагаются.

*Все виды самостоятельной работы по темам дисциплины могут осуществляться индивидуально или командой (от 2 до 5 обучающихся, в зависимости от сложности выполняемого задания). Члены команды распределяют между собой функции по сбору исходных данных, их обработки и анализу, подготовке презентационных материалов, при необходимости консультируясь с преподавателем. Задания практико-ориентированного характера выполняются на основе статистических или отчетных данных (актуальных на момент проведения исследования) с учетом специфики деятельности хозяйствующего субъекта, особенностей региона, в соответствии с целями определенными настоящей учебной дисциплины.*

### **Методические рекомендации по созданию мультимедийной презентации**

Структура и содержание презентации – это личное творчество автора. Полезно использовать шаблоны оформления для подготовки компьютерной презентации.

Слайды желательно не перегружать текстом, лучше разместить короткие тезисы. На слайдах необходимо демонстрировать небольшие фрагменты текста доступные для чтения на расстоянии; 2-3 фотографии или рисунка. Наиболее важный материал лучше выделить.

Таблицы с цифровыми данными плохо воспринимаются со слайдов, в этом случае цифровой материал, по возможности, лучше представить в виде графиков и диаграмм.

Не следует излишне увлекаться мультимедийными эффектами анимации. Особенно нежелательны такие эффекты как вылет, вращение, волна, побуквенное появление текста и т.д. Оптимальная настройка эффектов анимации – появление, в первую очередь, заголовка слайда, а затем — текста по абзацам. При этом если несколько слайдов имеют одинаковое название, то заголовок слайда должен постоянно оставаться на экране.

Чтобы обеспечить хорошую читаемость презентации необходимо подобрать темный цвет фона и светлый цвет шрифта. Нельзя также выбирать фон, который содержит активный рисунок.

Желательно подготовить к каждому слайду заметки по докладу. Затем распечатать их и использовать при подготовке или на самой презентации. Можно распечатать некоторые ключевые слайды в качестве раздаточного материала.

Необходимо обязательно соблюдать единый стиль оформления презентации и обратить внимание на стилистическую грамотность.

Следует пронумеровать слайды. Это позволит быстро обращаться к конкретному слайду в случае необходимости.

Рекомендации по содержанию и структуре слайдов мультимедийной презентации:

1-й слайд (титульный), на фоне которого студент представляет тему проекта, ФИО и научного руководителя.

2-й слайд. Включает в себя объект, предмет и гипотезу исследования.

3-й слайд. Содержит цель и задачи исследования. Цель проекта должна быть написана на экране крупным шрифтом. Здесь же, если позволяет место, можно написать и задачи. Задачи могут быть представлены и на следующем слайде.

4-й - слайд. Содержит структуру работы, которую можно предоставить, например, в виде графических блоков со стрелками. А также – перечисление применяемых методов и методик.

5-й - слайд. Представляется содержание и теоретическая значимость проекта. Суть решаемой проблемы может быть представлена в виде схем, таблиц, диаграмм, графиков, фотографий, фрагментов фильмов и т.п. На теоретическую часть представления проекта должно быть создано несколько слайдов.

6-й - слайд. Возможности применения результатов работы на практике. На эту тему также должно быть несколько слайдов.

7-й слайд. Главные выводы, итоги, результаты проекта целесообразно поместить на отдельном слайде. При этом не следует перечислять то, что было сделано, а лаконично изложить суть значимости проекта или полученных результатов исследования.

Последний слайд. В конец презентации желательно поместить слайд с текстом «Спасибо за внимание!».

### **Методические указания по проведению практических занятий по дисциплине**

Практические занятия призваны научить студента самостоятельно работать с учебными текстами, анализировать материал. В начале занятия рекомендуется рассмотреть соответствующий теоретический материал. Затем идет практический разбор изучаемого материала, решаются задачи из практикума, разбирается каждый конкретный пример.

В начале практического занятия следует обратить внимание на теоретические вопросы по теме занятия. Первоначально идет изложение теоретического материала темы занятия. Затем в ряде вопросов преподавателя следует сконцентрировать внимание на основных идеях темы занятия. Вопросы должны включать в себя различные вариации элементарных ситуаций, отображающих основные идеи темы занятия в их взаимной взаимосвязи. Задаваемые вопросы должны быть конкретными и максимально проявлять в студентах их сообразительность.

Устный опрос требует от преподавателя большой предварительной подготовки: тщательного отбора содержания, всестороннего продумывания вопросов, задач и примеров, которые будут предложены, путей активизации деятельности всех студентов группы в процессе проверки, создания на занятии деловой и доброжелательной обстановки.

Различают фронтальный, индивидуальный и комбинированный опрос.

**Фронтальный опрос** проводится в форме беседы преподавателя с группой.

Он органически сочетается с повторением пройденного, являясь средством для закрепления знаний и умений. Его достоинство в том, что на активную умственную работу можно вовлечь всех студентов группы. Для этого вопросы должны допускать краткую форму ответа, быть лаконичными, логически взаимосвязанными друг с другом, даны в такой последовательности, чтобы ответы студентов в совокупности могли раскрыть содержание раздела, темы. С помощью фронтального опроса преподаватель имеет возможность проверить выполнение студентами домашнего задания, выяснить готовность группы к изучению нового материала, определить сформированность основных понятий, усвоение нового учебного материала, который был только что разобран на занятии.

**Индивидуальный опрос** предполагает обстоятельные, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным учебным средством развития речи, памяти, мышления студентов. Чтобы сделать такую проверку более глубокой, необходимо ставить перед студентами вопросы, требующие развернутого ответа.

Вопросы для индивидуального опроса должны быть четкими, ясными, конкретными, емкими, иметь прикладной характер, охватывать основной, ранее пройденный материал программы. Их содержание должно стимулировать студентов логически мыслить, сравнивать, анализировать, доказывать, подбирать убедительные примеры, устанавливать причинно-следственные связи, делать обоснованные выводы и этим способствовать объективному выявлению знаний студентов.

Вопросы обычно задают всей группе и после небольшой паузы, необходимой для того, чтобы студенты поняли его и приготовились к ответу, вызывают для ответа конкретного студента.

**Письменная проверка** наряду с устной является важнейшим методом контроля знаний, умений и навыков студентов. Однородность работ, выполняемых студентами, позволяет предъявлять ко всем одинаковые требования, объективно оценить результаты обучения. Применение этого метода дает возможность в наиболее короткий срок одновременно проверить усвоение учебного материала всеми студентами группы, определить направления для индивидуальной работы с каждым.

Письменная проверка используется во всех видах контроля и осуществляется как в аудиторной, так и во внеаудиторной работе (выполнение домашних заданий).

### **Методические рекомендации по использованию информационно-коммуникативных технологий обучения**

Для изучения лекционного материала дисциплины применяются аудиовизуальные (мультимедийные) технологии, которые не отрицают традиционные, проверенные временем методы преподавания, но, при этом, они повышают наглядность,

информативность, оперативность в подаче информации, позволяют экономить время занятий.

Каждое семинарское занятие имеет свою особую форму проведения, свою методологическую специфику, что позволяет развивать у студентов различные как общекультурные, так и профессиональные компетенции. Постановка проблемы, разбор актуальных конкретных и гипотетических ситуаций, создание атмосферы диалога между преподавателем и группой позволяет работать индивидуально и в малых группах, коллективно обсуждать определенный тематический материал, а также инициировать самостоятельную работу студентов. При осмыслении содержания вопросов практических занятий преследуется цель соблюдать преемственность в профессиональном и в творческом развитии студентов.

Контроль самостоятельной работы студентов призван сделать процесс обучения более целостным и органичным. Его задача не оставить без внимания даже, на первый взгляд, малозначительные вопросы.

Компьютерное тестирование позволяет осуществлять итоговый контроль знаний студентов. Тестовый материал включает в себя содержание вопросов по каждому из обозначенных программой разделов.

Каждый вопрос предполагает несколько вариантов ответов, среди которых имеются абсолютно неверный, правильный и в большей или меньшей степени раскрывающий сущность вопроса. В процессе компьютерного тестирования задача студентов определяется как выбор правильного ответа из многообразия вариантов. В тестовых заданиях есть вопросы на соответствие. В процессе компьютерного тестирования, задача студента определяется как выбор правильного ответа из многообразия вариантов.

Вопросы и темы, отводимые на выполнение самостоятельной работы по дисциплине, а также критерии оценивания по каждому виду работы содержатся в разделе 8 РПД.

#### **8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

Рабочая программа предусматривает проведение лекционных и практических занятий, а также следующие виды работ: самостоятельную работу студентов по подготовке устных сообщений, написанию докладов, подготовку презентаций и обсуждений по темам дисциплины - работу в активной и интерактивной формах.

Рабочая программа предполагает текущий и промежуточный контроль знаний.

*Текущий контроль* – это непрерывно осуществляемый мониторинг уровня усвоения знаний и формирования умений и навыков в течение семестра или учебного года. Текущий контроль знаний, умений и навыков студентов осуществляется в ходе учебных (аудиторных) занятий, проводимых по расписанию. Формами текущего контроля выступают опросы на занятиях с целью проверки наличия знаний, необходимых для усвоения нового материала или для выяснения степени усвоения изложенного материала.

*Рубежный контроль* осуществляется по окончании изучения материала модуля в заранее установленное время. Рубежный контроль проводится с целью определения качества усвоения материала учебного модуля в целом. В течение семестра такие контрольные мероприятия проводятся по графику.

**Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

Критерии оценивания представлены в таблице 8.1.

#### **Примеры тестовых заданий по дисциплине (УК-6):**



1. «Работа по приоритетам» означает использование принципа:
  - а) непрерывности
  - б) планирования рабочего времени
  - в) принципа Парето
  
2. «Работа по приоритетам» означает использование принципа:
  - а) непрерывности
  - б) планирования рабочего времени
  - в) принципа Эйзенхауэра
  
3. Временной принцип Парето – это соотношение:
  - а) 60 : 40;    б) 50 : 50            в) 80 : 20            г) 90 : 10
  
4. Метод «Альпы» используются для:
  - а) годового планирования;
  - б) квартального планирования;
  - в) месячного планирования;
  - г) планирования дня.
  
5. «Плохое планирование» - это:
  - а) причина потерь времени;
  - б) типичная ошибка руководителей;
  - в) элемент нерациональной организации управленческого труда.
  
6. «Неумение говорить «нет» - это:
  - а) причина потерь времени;
  - б) типичная ошибка руководителей;
  - в) элемент нерациональной организации управленческого труда.
  
7. «Перенос принятия решения проблемы на завтра» - это:
  - а) правила организации управленческого труда;
  - б) типичная ошибка руководителей;
  - в) принцип эффективного использования времени.
  
8. «Стремление сделать все самому» - это:
  - а) правила организации управленческого труда;
  - б) типичная ошибка руководителей;
  - в) принцип эффективного использования времени.
  
9. «Выполнение работы не до конца» - это
  - а) причина потерь времени;
  - б) типичная ошибка руководителей;
  - в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

### Методика формирования результирующей оценки

**Таблица 8.1**

Этап	Форма контрол я	Критерии оценивания
------	-----------------------	---------------------

<i>1. Текущий контроль (max 20 баллов за 1 модуль)</i>					
		4 балла	3 балла	2 балла	0–1 баллов
	Посещение занятий (max 4 б.)	Студент посетил более 85% занятий	Студент посетил 71–85% занятий	Студент посетил 56–70% занятий	Студент посетил менее 56% занятий
		11–13 баллов	8–10 баллов	6–7 баллов	0–5 баллов
	Текущая работа в течение модуля (max 13б.)	Студент активно работает на занятиях, превосходно выполняет все задания преподавателя.	Студент активно работает на занятиях, хорошо выполняет задания преподавателя.	Студент недостаточно активно работает на занятиях, удовлетворительно выполняет задания преподавателя.	Студент недостаточно активно работает на занятиях, неудовлетворительно выполняет задания преподавателя.
		3 балла	2 балла	1 балл	0 баллов
	Доклад, презентация (max 3б.) / опорный конспект (max 3б.)	Тема полностью раскрыта. Превосходное владение материалом. Высокий уровень самостоятельности, логики, аргументированности. Превосходный стиль изложения.	Тема в основном раскрыта. Хорошее владение материалом. Средний уровень самостоятельности, логики, аргументированности. Хороший стиль изложения.	Тема частично раскрыта. Удовлетворительное владение материалом. Низкий уровень самостоятельности, логики, аргументированности. Удовлетворительный стиль изложения.	Тема не раскрыта. Неудовлетворительное владение материалом. Недостаточный уровень самостоятельности, логики, аргументированности. Неудовлетворительный стиль изложения.
<i>2. Рубежный контроль (15б. за 1 модуль)</i>					
		13–15 баллов	10–12 балл	8–9 баллов	0–7 баллов
	Контрольная работа	Правильно выполнены все задания. Продемонстрирован высокий уровень владения материалом. Проявлены превосходные способности применять знания и умения к выполнению	Правильно выполнена большая часть заданий. Присутствуют незначительные ошибки. Продемонстрирован хороший уровень владения материалом. Проявлены средние способности применять знания и умения к	Задания выполнены более чем наполовину. Присутствуют серьезные ошибки. Продемонстрирован удовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены низкие способности	Задания выполнены менее чем наполовину. Продемонстрирован неудовлетворительный уровень владения материалом. Проявлены недостаточные способности применять знания и умения к

		конкретных заданий.	выполнению конкретных заданий.	применять знания и умения к выполнению конкретных заданий.	выполнению конкретных заданий.
<b>3. Итоговый контроль по дисциплине</b>					
		26–30 баллов	20–25 балла	15–19 баллов	0–14 баллов
	Экзамен / зачет	Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.	Дан полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Но допущены незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.	Дан недостаточно полный ответ. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	Не получены ответы по базовым вопросам дисциплины или дан неполный ответ и допущены грубые ошибки. Речь неграмотная. Уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

Студенты, получившие в ходе текущего и рубежного контроля 50-70 баллов, автоматически получают «Зачет» или оценку «удовлетворительно». Для получения более высокого балла («хорошо» или «отлично») студент обязан явиться на экзамен и сдавать экзамен по шкале от 0-30 баллов в дополнение к накопленным за семестр баллам.

### **Вопросы для подготовки к зачету (УК-6):**

1. Понятие целеполагания.
2. Понятие и значение тайм-менеджмента.
3. Тайм-менеджмент как система.
4. Цели и подходы к их определению.
5. Структура тайм-менеджмента.
6. Поглотители времени и способы их минимизации.
7. Хроноетраж как система учета времени и контроля расходов времени.
8. Классификация расходов времени.
9. Типичные затруднения ведения хронометража и способы их преодоления.
10. Определение задач и их планирование.
11. Обзор задач и инструменты его создания.
12. Расстановка приоритетов в тайм-менеджменте.
13. Принцип Парето и его суть.
14. ABC-анализ и его использование.
15. Принципы рационального распределения рабочей нагрузки.

16. Влияние суточных ритмов на распределение рабочей нагрузки.
17. Правила организации эффективного отдыха.
18. Методы и способы самонастройки на решение задач.
19. Самомотивация как эффективное решение больших трудоемких задач.
20. Способы решения мелких неприятных задач.

**Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания**

<b>Уровень сформированности компетенций</b>			
<b>«Минимальный уровень не достигнут» (менее 50 баллов)</b>	<b>«Минимальный уровень» (50-70 баллов)</b>	<b>«Средний уровень» (71-85 баллов)</b>	<b>«Высокий уровень» (86-100 баллов)</b>
<p><u>Компетенции не сформированы.</u></p> <p>Знания отсутствуют, умения и навыки не сформированы.</p>	<p><u>Компетенции сформированы.</u></p> <p>Сформированы базовые структуры знаний.</p> <p>Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер.</p> <p>Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка.</p>	<p><u>Компетенции сформированы.</u></p> <p>Знания обширные, системные.</p> <p>Умения носят репродуктивный характер, применяются к решению типовых заданий.</p> <p>Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.</p>	<p><u>Компетенции сформированы.</u></p> <p>Знания твердые, аргументированные, всесторонние.</p> <p>Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий.</p> <p>Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка</p>
<b>Описание критериев оценивания</b>			
<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- существенные пробелы в знаниях учебного материала;</li> <li>- допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;</li> <li>- непонимание сущности дополнительных</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания теоретического материала;</li> <li>- неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;</li> <li>- неуверенные и неточные ответы на</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;</li> <li>- твердые знания теоретического материала.</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории,</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;</li> <li>- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных</li> </ul>

<p>вопросов в рамках заданий; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкую степень контактности.</p>	<p>дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания, которые следует выполнить.</p>	<p>выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам. Возможны незначительные оговорки и неточности в раскрытии отдельных положений вопросов, присутствует неуверенность в ответах.</p>	<p>понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.</p>
<p><b>Оценка</b> <b>«неудовлетворительно» /не зачтено</b></p>	<p><b>Оценка</b> <b>«удовлетворительно» / «зачтено»</b></p>	<p><b>Оценка</b> <b>«хорошо» / «зачтено»</b></p>	<p><b>Оценка</b> <b>«отлично» / «зачтено»</b></p>

### Тестовые вопросы для определения уровня освоенности компетенций (УК-6)

1. Предмет управленческого труда – это:

- а) информация о состоянии управленческого звена организации;
- б) информация о способах и методах руководства;
- в) информация о состоянии объекта и необходимых изменениях в его функционировании и развитии;
- г) информация о сотрудниках организации и результатах их труда;
- д) информация о критериях принятия решения руководителем;

2. Укажите принцип (соотношение) Парето:

- б) 50 : 50;

- в) 80 : 20;
- г) 90 : 10.

3. Метод «Альпы» используется для:

- а) годового планирования;
- б) квартального планирования;
- в) месячного планирования;
- г) планирования дня.

4. «Перенос принятия решения проблемы на завтра» - это:

- а) правила организации управленческого труда;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) принцип эффективного использования времени.

5. «Стремление сделать все самому» - это:

- а) правила организации управленческого труда;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) принцип эффективного использования времени.

6. «Стремление сделать все сразу» - это:

- а) правила организации управленческого труда;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) принцип эффективного использования времени.

7. «Выполнение работы не до конца» - это

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

8. «Попытка слишком много сделать за один день» - это:

- типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

9. «Отсутствие приоритетов в делах» - это

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

10. «Отсутствие полного представления о предстоящих задачах и путях их решения» - это:

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

11. «Плохое планирование трудового дня» - это:

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

12. «Личная неорганизованность, «заваленный письменный стол» - это

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;

в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

13. «Излишняя коммуникабельность» - это:

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

14. «Чрезмерность деловых записей» - это

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

15. «Синдром «откладывания»» - это:

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

16. «Желание знать все факты» - это:

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

17. «Длительные ожидания ( например, условленной встречи )» - это

- а) причина потерь времени;
- б) типичная ошибка руководителей;
- в) элемент нерациональной организации управленческого труда.

18. «Составьте план операции» - это:

- а) требование к качествам менеджера; умеющего управлять самим собой;
- б) правило личной организованности и самодисциплины;
- в) принципы организации управленческого труда.

19. «Сосредоточитесь на главном» - это:

- а) требование к качествам менеджера; умеющего управлять самим собой;
- б) правило личной организованности и самодисциплины;
- в) принципы организации управленческого труда.

20. «Придумайте себе стимулы» - это:

- а) требование к качествам менеджера; умеющего управлять самим собой;
- б) правило личной организованности и самодисциплины;
- в) принципы организации управленческого труда.

21. «Устанавливайте твердые сроки» - это:

- а) требование к качествам менеджера; умеющего управлять самим собой;
- б) правило личной организованности и самодисциплины;
- в) принципы организации управленческого труда.

22. «Научитесь быть решительным» - это:

- а) требование к качествам менеджера; умеющего управлять самим собой;
- б) правило личной организованности и самодисциплины;
- в) принципы организации управленческого труда.

## **9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **а) основная литература**

1. Рябикова, Н. Е. Тайм-менеджмент : практикум : [12+] / Н. Е. Рябикова, Е. В. Шестакова, Р. М. Прытков. – Москва : Директ-Медиа, 2022. – 124 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=685832> (дата обращения: 28.07.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-2968-6. – Текст : электронный.
2. Слинкова, О. К. Персональный менеджмент : учебное пособие для вузов / О. К. Слинкова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 116 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16189-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530582> (дата обращения: 28.07.2023).
3. Тайм-менеджмент. Полный курс : учебное пособие : [16+] / Г. А. Архангельский, М. А. Лукашенко, Т. В. Телегина, С. В. Бехтерев ; под ред. Г. А. Архангельского. – Москва : Альпина Паблишер, 2016. – 311 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=269985> (дата обращения: 28.07.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9614-1881-1. – Текст : электронный.

### **б) дополнительная литература:**

1. Гастев А.К. Как надо работать. - М.: Экономика, 2010. - 478 с.
2. Глухова Е.С. Тайм-менеджмент: личная эффективность: учебно-методическое пособие /Е.С.Глухова. – Томск:ТГУ, 2012.
3. Кеннеди, Д. Жесткий тайм-менеджмент : возьмите свою жизнь под контроль : практическое пособие : [16+] / Д. Кеннеди ; пер. с англ. А. Посредниковой. – 6-е изд. – Москва : Альпина Паблишер, 2018. – 176 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495610> (дата обращения: 28.07.2023). – ISBN 978-5-9614-7076-5. – Текст : электронный.
4. Ковалева А.С. Тайм-менеджмент: алгоритм построения в современных организационных структурах: практикум / А.С.Ковалева, В.Л.Стельмашонок. – СПб.:СПбГЭУ, 2014.
5. Медведева, В. Р. Тайм-менеджмент. Развитие навыков эффективного управления временем : учебное пособие / В. Р. Медведева ; Министерство образования и науки России, Казанский национальный исследовательский технологический университет. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2017. – 92 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=560859> (дата обращения: 28.07.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7882-2266-0. – Текст : электронный.
6. Персональный менеджмент: Учебник (С.Д. Резник и др. – 5-е изд., перер. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2019.
7. Петренко, Е. С. Современные инструменты тайм-менеджмента=Modern time-management tools : учебное пособие : [16+] / Е. С. Петренко, Л. В. Шабалтина, А. В. Варламов. – Москва : Креативная экономика, 2019. – 86 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599621> (дата обращения: 28.07.2023). – Библиогр.: с. 82 - 83. – ISBN 978-5-91292-294-7. – DOI 10.18334/9785912922947. – Текст : электронный.
8. Резник С.Д. Персональный менеджмент. Тесты и конкретные ситуации. М.: ИНФРА-М, 2010. – 161 с.
9. Реунова М.А. Тайм-менеджмент студента университета: учебное пособие / - Оренбург: ОГУ, 2012.
10. Савина, Н. В. Тайм-менеджмент в образовании : учебное пособие для вузов / Н. В. Савина, Е. В. Лопанова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 162 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12668-6. — Текст : электронный // Образовательная



платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518978> (дата обращения: 28.07.2023).

11. Справочник директора предприятия/Государственный университет управления. Под ред. М.Г. Лапуста. — 7-е изд., исправ., измен. и доп. — М.: ИНФРА-М, 2004.

12. Стрелкова, Л. В. Тайм-менеджмент : учебное пособие / Л. В. Стрелкова, Ю. А. Макушева. — Москва : Юнити-Дана, 2018. — 176 с. : схем., табл., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=685380> (дата обращения: 28.07.2023). — Библиогр.: с. 172-173. — ISBN 978-5-238-03114-9. — Текст : электронный.

13. Трейси Б. Тайм-менеджмент по Брайну Трейси: как заставить время работать на вас: книга Трейси. — М.: Альпина Паблишер, 2013.

14. Черных А.В. Основы управленческого консультирования: учебное пособие. — УлГПУ имени И.Н. Ульянова, 2013.

**в) электронные библиотечные системы, с которыми у СОГУ имеется действующий договор, современные профессиональные базы, информационные справочные системы:**

— eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. — URL: <http://www.elibrary.ru>.

— База данных «ЭБС elibrary»: <http://elibrary.ru>

— Издательство «Юрайт» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. — URL: <http://biblio-online.ru>.

— Университетская библиотека online [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. — URL: <http://www.biblioclub.ru>.

## **10. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Занятия по дисциплине проводятся в аудиториях, обеспеченных компьютерами, имеющими доступ к сети Интернет, интерактивными досками и мультимедийным оборудованием.

*Лицензионное программное обеспечение:*

1. Windows 10 Pro for Workstations, (№ 4100072800 Microsoft Products (MPSA) от 04.2016г);

2. Office Standard 2016 (№ 4100072800 Microsoft Products (MPSA) от 04.2016г);

3. Система поиска текстовых заимствований «Антиплагиат ВУЗ»;

*Перечень ПО в свободном доступе:*

1. Kaspersky Free;

2. WinRar;

3. Google Chrome;

4. Yandex Browser;

5. OperaBrowser.