

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Баламирзоев Назим Лиодимович
Должность: Врио ректора
Дата подписания: 22.07.2022 10:23:20
Уникальный идентификатор:
b261c06f25acbb0d1e6de5fc04abdfed0091d138

Министерство науки и высшего образования РФ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

«Дагестанский государственный технический университет»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Дисциплина Управление личной эффективностью
наименование дисциплины по ОПОП

для специальности 38.05.02 Таможенное дело
код и полное наименование направления (специальности)

специализация Таможенные платежи

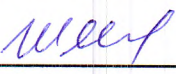
факультет Информационных систем в экономике и управлении
наименование факультета, где ведется дисциплина

кафедра Экономическая безопасность и таможенное дело
наименование кафедры, за которой закреплена дисциплина

Форма обучения очная курс 2 семестр 4
очная, заочная

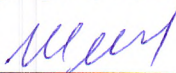
г. Махачкала 2021 г.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 38.05.02 Таможенное дело с учетом рекомендаций ОПОП ВО по специальности и специализации подготовки «Таможенные платежи».

Разработчик  Шахбанова И.К., к.э.н., доцент
подпись (ФИО уч. степень, уч. звание)

« 12 » 09 2021 г.

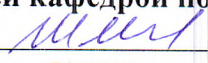
Зав. кафедрой, за которой закреплена дисциплина (модуль) _____

 Шахбанова И.К., к.э.н., доцент
подпись (ФИО уч. степень, уч. звание)

« 17 » 09 2021 г.

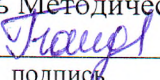
Программа одобрена на заседании выпускающей кафедры ЭБиТД от 17.09.21 г., протокол № 1.

Зав. выпускающей кафедрой по данному направлению (специальности, профилю) _____

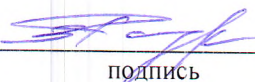
 Шахбанова И.К., к.э.н., доцент
подпись (ФИО уч. степень, уч. звание)

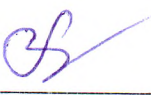
« 17 » 09 2021 г.

Программа одобрена на заседании Методического совета факультета ИСвЭиУ от 20.09.2021 года, протокол № 1

Председатель Методического совета факультета ИСвЭиУ
 к.э.н., Гаджиева Н.М., ст. преп.
подпись (ФИО уч. степень, уч. звание)

« 21 » 09 2022 г.

Декан факультета  З.Р.Раджабова
подпись ФИО

Начальник УО  Э.В. Магомаева
подпись ФИО

И.о. проректора по учебной работе  Н.Л. Баламирзоев
подпись ФИО

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Управление личной эффективностью» являются приобретение обучающимися знаний и умений эффективного управления личными ресурсами, выработка навыков саморазвития и самореализации; овладение навыками эффективного управления собой, формирование мотивации личного и профессионального успеха.

Задачи учебной дисциплины:

- изучение эффективности использования стратегии сотрудничества;
- особенности достижения поставленной цели, определение роли каждого участника в команде;
- изучение особенностей поведения и интересы других участников в совместной деятельности;
- анализ возможных последствий личных действий и контроль их выполнения;

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к обязательной части плана, формируемой участниками образовательных отношений, осваивается на втором курсе в четвертом семестре.

Дисциплина находится в логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими частями ОПОП и базируется на взаимодействии со следующими дисциплинами ОПОП, участвующими в формировании соответствующих компетенций: история таможенного дела и таможенной политики России, основы таможенного дела, политология.

Основные положения дисциплины закрепляются в дальнейшем в процессе прохождения практик, подготовки к сдаче и сдачи государственного экзамена, подготовки к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Управление личной эффективностью»

В результате освоения дисциплины «Управление личной эффективностью» обучающийся по специальности 38.05.02 Таможенное дело, в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО должен обладать следующими компетенциями: УК-10; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-5

Код компетенции	Наименование компетенции	Наименование показателя оценивания (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)
УК-3.	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.1. Понимает эффективность использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, определяет роль каждого участника в команде
		УК-3.2. Учитывает особенности поведения и интересы других участников в совместной деятельности для достижения поставленной цели
		УК-3.3. Анализирует возможные последствия личных действий и планирует последовательность шагов для достижения поставленной цели, контролирует их выполнение
		УК-3.4. Устанавливает разные виды коммуникации для руководства командой и достижения поставленной цели, участвует в обмене информацией, знаниями, опытом и презентации результатов работы команды

УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни	УК-6.1. Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов (личностных психофизиологических, ситуативных, временных), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития
		УК-6.2. Формулирует цели собственной деятельности, определяет пути их достижения с учетом ресурсов, условий, средств, временной перспективы развития деятельности и планируемых результатов
		УК-6.3. Определяет стратегию профессионального развития, выстраивает траекторию собственного профессионального роста

4. Объем и содержание дисциплины (модуля)

Форма обучения	очная
Общая трудоемкость по дисциплине (ЗЕТ/ в часах)	3/108
Лекции, час	17
Практические занятия, час	34
Лабораторные занятия, час	-
Самостоятельная работа, час	57
Курсовой проект (работа), РГР, семестр	-
Зачет (при заочной форме 4 часа отводится на контроль)	Зачет
Часы на экзамен (при очной, очно-заочной формах 1 ЗЕТ – 36 часов , при заочной форме – 9 часов)	-

4.1. Содержание дисциплины (модуля)

№ п/п	Раздел дисциплины, тема лекции и вопросы	Очная форма			
		ЛК	ПЗ	ЛБ	СР
1.	Тема 1. Самоменеджмент как основа личного и профессионального успеха	2	4		6
2.	Тема 2. Планирование личного развития	2	4		6
3.	Тема 3. Управление карьерой	2	4		6
4.	Тема 4. Управление временем	2	4		6
5.	Тема 5. Планирование личной работы. Методы рационализации личного труда	2	4		6
6.	Тема 6. Самоимиджирование	2	4		6
7.	Тема 7. Управление результативностью	2	4		7
8.	Тема 8. Формирование стрессоустойчивого поведения	2	4		7
9.	Тема 9. Стратегии управления стрессом	1	2		7
	Форма текущего контроля успеваемости (по срокам текущих аттестаций в семестре)	Входная конт. работа 1 аттестация 1-3 темы 2 аттестация 3-6 темы 3 аттестация 6-9 темы			
	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	Зачет в 4 семестре			
	Итого за 4 семестр	17	34		57

4.2. Содержание практических занятий

№ п/п	№ лекции из рабочей программы	Наименование практического (семинарского) занятия	Количество часов	Рекомендуемая литература и методические разработки (№ источника из списка литературы)
1	1	1. Управление личной эффективностью как способ повышения эффективности работы. 2. Основные принципы организации своего рабочего дня	4	1,2
2	2	1. Механизм успеха в профессиональной карьере. 2. Факторы влияния на развитие карьеры	4	2
3	3	1. Карьерный потенциал. 2. Проблемы управления временем	4	3,4
4	4	1. Процесс определения жизненных целей. 2. Индивидуализация процесса управления временем.	4	5,6
5	5	1. Персональный менеджмент как система управления временем. 2. Основной принцип расстановки приоритетов.	4	1,2,3,4
6	6	1. Инструменты самомотивации. 2. Оптимизация расходов времени	4	8,7
7	7	1. Тайм-менеджмент в организации. 2. Делегирование полномочий. 3. Организация времени сотрудников	4	1,3,4,6
8	8	1. Самоконтроль результатов личной деятельности. 2. Организация труда руководителя 3. Стресс-менеджмент как процесс управления стрессом.	4	4,7
9	9	1. Стиль работы и рациональная организация труда. 2. Управление стрессами 3. Защита от стрессов	2	1,9,10
Итого			34	

4.3. Тематика для самостоятельной работы студента

№ п/п	Тематика по содержанию дисциплины, выделенная для самостоятельного изучения	Количество часов из содержания дисциплины	Рекомендуемая литература и источники информации	Формы контроля СРС
1	2	3	5	6
1.	1. «Стресс - менеджмент»	6	1,3	Реферат, статья
2.	2. Основные стратегии стресс-менеджмента	6	1,2	Реферат, статья
3.	3. Контроль использования времени	7	2	Реферат, статья
4.	4. Факторы торможения карьеры	6	3,4	Реферат, статья
5.	5. Функции менеджмента стресса	7	2,4	Реферат, статья
6.	6. Анализ АБВ (установление приоритетов)	6	1,2,3	Реферат, статья
7.	7. Факторы, провоцирующие проблемы управления временем	7	4	Реферат, статья
8.	8. «Тайм-менеджмент»	6	5	Реферат, статья
9.	9. Функции самоменеджмента	6	5,6	Реферат, статья
	Итого:	57		

5. Образовательные технологии

Требуемые результаты освоения дисциплины «Управление личной эффективностью» достигаются за счет использования в процессе обучения (при проведении аудиторных занятий и организации самостоятельной работы, в том числе и в дистанционном формате) интерактивных методов и технологий формирования компетенций у студентов, в частности - развивающие проблемно-ориентированные технологии, направленные на формирование и развитие проблемного мышления, способности видеть и формулировать проблемы, выбирать способы и средства для их решения.

В процессе изучения дисциплины используются традиционные и инновационные технологии, активные и интерактивные методы и формы обучения.

- на лекционных занятиях: лекция-беседа или диалог с аудиторией; лекция –дискуссия; лекция с применением техники обратной связи; лекция с применением элементов «мозговой атаки»; лекция с разбором микроситуаций; лекция- консультация; групповая консультация («пресс-конференция»);

- на практических занятиях: решение ситуационных задач, тестирование, деловые игры, учебная дискуссия, круглый стол, семинары, работа в группах, коллоквиумы;

- для самостоятельной работы студентов: подготовка рефератов и докладов по отдельным темам, подготовка к тестированию, самостоятельное изучение тем, работа с дополнительной литературой, подготовка к семинару – презентации.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Оценочные средства для контроля входных знаний, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины «Управление личной эффективностью» приведены в приложении А (Фонд оценочных средств) к данной рабочей программе.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов приведено ниже в пункте 7 настоящей рабочей программы.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Управление личной эффективностью»

№ № п/п	Виды занятия	Необходимая учебная, учебно-методическая (основная и дополнительная) литература, программное обеспечение и Интернет ресурсы Автор(ы). Издательство, год издания	Количество изданий	
			в библи отеке	на кафед ре
1	2	3	4	5
Основная				
1	Лк, пз, срс	Бобина, Н. В. Самоменеджмент : учебное пособие / Н. В. Бобина, Л. А. Каменская, И. Ю. Столярова. — Сочи : Сочинский государственный университет, 2020. — 184 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/106589.html	+	+
2	Лк, пз, срс	Основы самоменеджмента : учебное пособие / Д. В. Запорожец, А. В. Назаренко, Д. С. Кенина [и др.]. — Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2018. — 120 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/92993.html	+	+
3	Лк, пз, срс	Байдаков, А. Н. Личная эффективность менеджера : учебное пособие / А. Н. Байдаков, О. С. Звягинцева, А. П. Исаенко. — Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2019. — 204 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/109386.html	+	+
4	Лк, пз, срс	Медведева, В. Р. Тайм-менеджмент. Развитие навыков эффективного управления временем : учебное пособие / В. Р. Медведева. — Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2017. — 92 с. — ISBN 978-5-7882-2266-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/95036.html	+	+

6	Лк, пз, срс	Тайм-менеджмент для руководителей : учебно-методическое пособие / М. И. Ананич, А. Ю. Воронин, О. В. Сересева, Л. И. Чурина. — Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2019. — 86 с. — ISBN 978-5-7782-4073-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: https://www.iprbookshop.ru/99222.html	+	+
7	Лк, пз, срс	Епишкин, И. А. Навыки личной эффективности : учебно-методическое пособие / И. А. Епишкин, И. Ю. Подгурная. — Москва : РУТ (МИИТ), 2019. — 138 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/175754	+	+
8	Лк, пз, срс	Белова, Е. О. Тайм-менеджмент : учебное пособие / Е. О. Белова. — Краснодар : КубГТУ, 2019. — 319 с. — ISBN 978-5-8333-0895-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/151188	+	+
Дополнительная				
9	Лк, пз, срс	Мальшева, О. В. Тайм-менеджмент: в обществе, на предприятии и в личной жизни : учебное пособие / О. В. Мальшева, О. А. Зюрина. — Самара : СамГУПС, 2019. — 86 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/145831	+	+
10	Лк, пз, срс	Вырупаева, Т. В. Психология управления и лидерства в организации : учебное пособие / Т. В. Вырупаева, И. Ю. Моськина. — Красноярск : СФУ, 2019. — 128 с. — ISBN 978-5-7638-4116-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/157532	+	+

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Управление личной эффективностью»

Материально-техническое обеспечение дисциплины «Управление личной эффективностью» включает:

- библиотечный фонд (учебная, учебно-методическая, справочная юридическая литература, юридическая научная и деловая периодика);
- компьютеризированные рабочие места для обучаемых с доступом в сеть Интернет;
- аудитории, оборудованные проекционной техникой.

Для проведения лекционных занятий используется лекционный зал факультета информационных систем в экономике и управлении, оборудованный проектором и интерактивной доской.

Для проведения практических занятий используются компьютерные классы факультета информационных систем в экономике и управлении, оборудованные современными персональными компьютерами с соответствующим программным обеспечением.

Специальные условия инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Специальные условия обучения и направления работы с инвалидами и лицами с ОВЗ определены на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

- приказа Минобрнауки России от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

- методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса, утвержденных Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн).

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ОВЗ понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания ДГТУ и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение ОПОП обучающихся с ОВЗ.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ОВЗ осуществляется ДГТУ с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта ДГТУ в сети «Интернет» для слабовидящих;

- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электронном виде на диске.

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию ДГТУ.

2) для лиц с ОВЗ по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ОВЗ, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ОВЗ адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины научно-педагогическим работникам рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи обучающимся с ОВЗ в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ОВЗ устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и др.). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

9. Лист изменений и дополнений к рабочей программе

Дополнения и изменения в рабочей программе на 20__/20__ учебный год.

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1.;
2.;
3.;
4.;
5.;

или делается отметка о нецелесообразности внесения каких-либо изменений или дополнений на данный учебный год.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры _____ от _____ года, протокол № _____.

Заведующий кафедрой _____
(название кафедры) (подпись, дата) (ФИО, уч.степень, уч.звание)

Согласовано:

Декан (директор) _____
(подпись, дата) (ФИО, уч.степень, уч.звание)

Председатель МС факультета _____
(подпись, дата) (ФИО, уч.степень, уч.звание)