

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

Ф.И.О. Шебзухова Тарасов Александрович

Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского

федерального университета

Дата подписания: 12.09.2023 15:56:55

Уникальный программный код:

d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef96f

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное автономное**

**образовательное учреждение высшего образования**

**«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Пятигорский институт (филиал) СКФУ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор Пятигорского института

(филиал) СКФУ

Шебзухова Т.А.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Самоменеджмент

(ЭЛЕКТРОННЫЙ ДОКУМЕНТ)

Направление подготовки

**13.03.02 Электроэнергетика**

**и электротехника**

Направленность (профиль)

**Передача и распределение электрической**  
**энергии в системах электроснабжения**

Квалификация выпускника

**Бакалавр**

Форма обучения

**заочная**

Год начала обучения

**2021**

Реализуется в 3 семестре

Пятигорск, 2021 г.

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Программа дисциплины «Самоменеджмент» предназначена для студентов направления подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника.

Целью дисциплины является приобретение теоретических знаний и практических навыков в области самоуправления.

Задачи - научить будущего специалиста самостоятельно управлять и анализировать внутриличностные взаимосвязи.

После изучения данного курса студенты должны владеть следующими навыками:

- знать основные принципы управления собой;
- знать теоретические основы целеполагания;
- теоретические основы лидерства;
- уметь применять основные принципы методы управления временем;
- уметь проводить декомпозицию задачи;
- владеть навыками деловой коммуникации;
- владеть навыком постановки цели;

В процессе обучения предусмотрено чтение лекций, проведение практических занятий.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Самоменеджмент организации входит вариативную часть дисциплин по выбору ОП ВО подготовки бакалавра направления 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника (Направленность (профиль): Электроснабжение) и реализуется в 3 семестре.

## 3. Связь с предшествующими дисциплинами

Дисциплина Самоменеджмент осваивается на основе знаний, умений, навыков, полученных в результате изучения таких дисциплин как: Экономика.

## 4. Связь с последующими дисциплинами

Дисциплина Самоменеджмент осваивается в 3 семестре и является основой для изучения: Технологическое предпринимательство.

## 5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

### 5.1. Наименование компетенций

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

### 5.2. Знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
<b>Знать:</b> возможности и способы решения проблемы дефицита рабочего времени; принципы эффективного нормирования рабочего времени и отдыха; основные способы целеполагания; алгоритм планирования рабочего дня, правила делегирования полномочий.	УК-6
<b>Уметь:</b> выделять ключевые показатели учета рабочего времени; рационально структурировать и организовывать рабочее и личное время; планы и результаты деятельности, конструировать собственный имидж и позиционировать успешность в профессиональной среде, применять методы профилактики стресса; планировать траекторию своего профессионального	УК-6

развития и предпринимать шаги по её реализации.	
<b>Владеть:</b> методами борьбы с потерями рабочего времени; техниками самомотивации и организации эффективного отдыха; методиками распределения времени и расстановки приоритетов при решении сложных управленческих задач, методами формирования имиджа.	УК-6

## 6. Объем учебной дисциплины/модуля

	Астр.	
	часов	
Объем занятий: Итого	81 ч.	3 з.е.
В том числе аудиторных	9 ч.	
Из них:		
Лекций	3 ч.	
Лабораторных работ	0 ч.	
Практических занятий	6 ч.	
Самостоятельной работы	69 ч.	
Зачет	3 семестр	3 ч.

## 7. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества астрономических часов и видов занятий

### 7.1. Тематический план дисциплины

№	Раздел (тема) дисциплины	Реализуемые компетенции	Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов (астр.)				Самостоятельная работа, часов
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Групповые консультации	
3 семестр							
1.	Тема 1. Понятие, функции, правила и принципы самоменеджмента.	УК-6	1,5	1,5	-	-	69
2.	Тема 2. Цели самосовершенствования.	УК-6	1,5	1,5	-	-	
3.	Тема 3. Ограничения саморазвития.	УК-6	-	1,5	-	-	
4	Тема 4. Внутренние мотивы самосовершенствования и саморазвития.		-	1,5			
	Итого за 3 семестр	УК-6	3	6	-	-	69
	Итого	УК-6	3	6	-	-	69
	Зачет	УК-6					3

**7.2. Наименование и содержание лекций**

№	Наименование тем дисциплины, их краткое содержание	Объем часов (астр.)	Форма проведения
<b>3 семестр</b>			
<b>РАЗДЕЛ 1. Теоретико-методологические основы самоменеджмента</b>			
1	<b>Тема 1. Понятие, функции, правила и принципы самоменеджмента.</b> Задачи и проблемы самоменеджмента. Чрезмерная ответственность. Привычная колея. Отсутствие навыков самоменеджмента. Стресс. Ошибочные решения. Дезориентация относительно целей.	1,5	-
2	<b>Тема 2. Цели самосовершенствования.</b> Адекватная оценка ситуации. Запланированность или спонтанность. Рациональность или интуитивность. Логичность или этичность. Интровертность или экстравертность.	1,5	-
	<b>Итого за 3 семестр</b>	<b>3</b>	<b>-</b>
	<b>Итого</b>	<b>3</b>	<b>-</b>

**7.3. Наименование лабораторных работ**

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**7.4. Наименование практических занятий**

№ темы	Наименование темы практического занятия	Объем часов (астр./а кадем.)	Интерактивная форма проведения
<b>3 семестр</b>			
<b>Раздел 1. Теоретико-методологические основы управления деловой карьерой</b>			
1	<b>Практическое занятие 1. (Понятие, функции, правила и принципы самоменеджмента.).</b>	1,5	-
2	<b>Практическое занятие 2. (Цели самосовершенствования).</b>	1,5	Выполнение презентационных проектов
3	<b>Практическое занятие 3. (Ограничения саморазвития).</b>	1,5	-
4	<b>Практическое занятие 4. (Внутренние мотивы самосовершенствования и саморазвития).</b>	1,5	-
	<b>Итого за 3 семестр</b>	<b>6</b>	<b>1,5</b>
	<b>Итого</b>	<b>6</b>	<b>1,5</b>

**7.5. Технологическая карта самостоятельной работы обучающегося**

Код реализуемых компетенций	Вид деятельности студентов	Итоговый продукт самостоятельной работы	Средства и технологии оценки	Объем часов, в том числе (астр.)		
				СРС	Контактная работа	Всего

					преподавателем	
<b>3 семестр</b>						
УК-6	Самостоятельное изучение литературы	Конспект	Собеседование	35,1	3,9	39
	Выполнение презентационных проектов	Презентационный проект	Защита презентационного проекта	27,0	3,0	30
<b>Итого за 3 семестр</b>				<b>62,1</b>	<b>6,9</b>	<b>69</b>
<b>Итого</b>				<b>62,1</b>	<b>6,9</b>	<b>69</b>

## 8. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

### 8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО. Паспорт фонда оценочных средств

Код оцениваемой компетенции	Этап формирования компетенции (№ темы)	Средства и технологии оценки	Тип контроля (текущий-промежуточный)	Вид контроля (устный/письменный или с помощью технических средств)	Наименование оценочного средства
УК-6	1,3,4,5,6,7,8	собеседование	текущий	устный	Вопросы для собеседования
	2	Защита презентационного проекта	текущий	Устный, с помощью технических средств	Темы презентационных проектов

### 8.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Дескрипторы			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-6					
Базовый	<b>Знает</b> - теоретические основы тайм менеджмента; - теоретические основы выстраивания траектории саморазвития; - теоретические основы реализации траектории саморазвития; - теоретические основы принципов образования в течение всей жизни;	- теоретические основы реализации траектории саморазвития; - теоретические основы принципов образования в течение всей жизни;	- теоретические основы выстраивания траектории саморазвития; - теоретические основы реализации траектории саморазвития; - теоретические основы принципов образования в течение всей жизни;	- теоретические основы тайм менеджмента; - теоретические основы выстраивания траектории саморазвития; - теоретические основы реализации траектории саморазвития; - теоретические основы принципов	

[illegible]

					времени на ее выполнение;
	<b>Владеет:</b> - готовностью использовать теоретические основы определения трудоемкости задачи и планирования времени на ее выполнение;				<b>Владеет:</b> - готовностью использовать теоретические основы определения трудоемкости задачи и планирования времени на ее выполнение;

### Описание шкалы оценивания

В рамках рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации.

#### Текущий контроль

Рейтинговая оценка знаний студента ЗФО не предусмотрена.

### 8.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура **зачета** как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

### 8.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация в 3 семестре проводится в форме **зачета**.

Процедура проведения **зачета** осуществляется в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры - в СКФУ.

Текущая аттестация студентов проводится преподавателями, ведущими практические занятия по дисциплине, в следующих формах: собеседование, выполнение презентационных проектов, контрольной работы.

Допуск к контрольной точке происходит при наличии у студентов положительных оценок по темам, выносимым на соответствующую контрольную точку (пункт 10.3 настоящей Программы).

Собеседование со студентом должно представлять собой связанный, логически последовательный обмен сообщениями на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях. Основные требования к собеседованию: полноту и правильность ответа; степень осознанности, понимания изученного; языковое оформление ответа.

Подготовленность к традиционному семинару, собеседованию оценивается на основе следующих критериев:

- наличие глубоких исчерпывающих знаний по изучаемой проблематике;
- умение ориентироваться в информационном пространстве;
- использование и усвоение основной и знакомство с дополнительной литературой;
- грамотное и логически стройное изложение материала при ответе;
- умение в полной мере аргументировать собственную точку.

Выполнение проектного задания является важнейшим элементом учебного процесса по подготовке бакалавра. Он направлен на закрепление студентами полученных теоретических знаний. Написание проекта призвано способствовать приобретению навыков самостоятельной научно-исследовательской работы, которая предусматривает анализ состояния проблемы и выработку научно-обоснованных рекомендаций. Основной целью проекта является закрепление и углубление теоретических и практических знаний, умений, навыков, результатом которого является написание и защита проекта. Для успешного выполнения проекта целесообразно соблюдать следующий порядок действий:

1. Выбрать тему;
2. Подобрать литературу (нормативные документы, учебники, учебные пособия, монографии, статьи);
3. Раскрыть тему на основе изучения и обобщения материалов учебной литературы, действующих нормативных документов;
4. Сформулировать и обосновать выводы, вытекающие из проведенного исследования, дать свои рекомендации по разрешению существующей проблемы;
5. Оформить проект в соответствии с предъявляемыми требованиями к данному виду работ;
6. Оформить презентацию и текст защиты проекта;
7. Защитить проект.

Критерии оценивания результатов собеседования; защиты презентационных проектов, приведены в Фонде оценочных средств по дисциплине Самоменеджмент.

## **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

На первом этапе необходимо ознакомиться с рабочей программой дисциплины, в которой рассмотрено содержание тем дисциплины лекционного курса, взаимосвязь тем лекций с практическими занятиями, темы и виды самостоятельной работы. По каждому виду самостоятельной работы предусмотрены определённые формы отчетности.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить следующие виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации:

№ п/п	Виды самостоятельной работы	Рекомендуемые источники информации (№ источника)			
		Основная	Дополни- тельная	Методи- ческая	Интернет- ресурсы
1	Самостоятельное изучение литературы	1	1,2	1-2	1-2
2	Выполнение презентационных проектов	1	1,2	1-2	1-2

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

### **10.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

#### **10.1.1. Перечень основной литературы:**

1 Самоменеджмент : учебное пособие / под ред. В.Н. Парахиной. - М. : Директ-Медиа, 2014 - 498 с. - ISBN 978-5-4458-5146-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233957>

#### **10.1.2. Перечень дополнительной литературы:**

1 Самоменеджмент: Учебно-практическое пособие по дисциплине «Теория менеджмента» для обучающихся по направлению 38.03.02. «Менеджмент» / С.В. Позднякова, Н.Ю. Донец, П.В. Поздняков, В.А.Морозов ; Министерство сельского хозяйства РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования, Кафедра менеджмента в АПК. - Санкт- Петербург. : СПбГАУ, 2015 - 55 с. : табл.,



схем. - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс].- URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364361> (01.12.2017).

2 Марусева, И.В. Коммуникационный менеджмент в вопросах и ответах: (подготовка к экзамену) : учебное пособие для вузов / И.В. Марусева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2014 - 214 с. : рис., схем., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3089-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256547>

## **10.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:**

1. Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине «Самоменеджмент»;
2. Методические указания для обучающихся по организации и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Самоменеджмент».

## **10.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины:**

1. <http://grebennikon.ru/> (сайт электронной библиотеки Издательского дома «Гребенников»).
2. <http://www.consultant.ru/> (Официальный сайт компании «КонсультантПлюс»).

### ***Профессиональные базы данных:***

1. <http://biblioclub.ru> - «Университетская библиотека онлайн»
2. <http://www.iprbookshop.ru> - ЭБС «IPRbooks»
3. <https://www.elibrary.ru> - научная электронная библиотека e-Library
4. <http://catalog.ncstu.ru/> - Электронная библиотека СКФУ
5. [www.scopus.com](http://www.scopus.com) - международная реферативная база данных;
6. [www.gks.ru](http://www.gks.ru) - официальный сайт Федеральной службы государственной статистики

## **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

### ***Информационные справочные системы:***

<http://www.consultant.ru> - Справочно-правовая система (СПС, КонсультантПлюс)  
<http://www.garant.ru/> - Справочно-правовая система

### ***Перечень программного обеспечения:***

1. Microsoft Windows Professional Russian Upgrade/Software Assurance Pack Academic OPEN 1 License No Level
2. Microsoft Office Russian License/Software Assurance Pack Academic OPEN 1 License No Level

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная набором демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями, обеспечивающими тематические иллюстрации, соответствующие рабочим учебным программам дисциплин.

## **13. Особенности освоения дисциплины (модуля) лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а так же в отдельных группах.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины (модуля) обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,

- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,

- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей)

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;

- по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.