

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна

Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского

федерального университета

Дата подписания: 18.09.2023 12:10:07

Уникальный программный ключ:

d74ce93cd40e492375c7ba2358496412a1c8ef96f

(ЭЛЕКТРОННЫЙ ДОКУМЕНТ)

Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	Тайм-менеджмент и личная эффективность руководителя
Содержание	<p>Тема 1. Введение в тайм-менеджмент. Предпосылки возникновения тайм-менеджмента, основные этапы его зарождения и развития. Эволюция теории об эффективной организации времени. Тейлоризм. Период "классического" тайм-менеджмента. «Советский ТМ». Современный тайм-менеджмент (конец XX - начало XXI вв). Концепция Ст. Кови о достижении личностной зрелости.</p> <p>Тема 2. Тайм-менеджмент, его значение в планировании работы Древние философы о времени и пользе его рационального использования. Сущность и функции тайм-менеджмента. Основные направления тайм-менеджмента. Тайм-менеджмент как составляющая самоменеджмента. Временная компетентность менеджера</p> <p>Тема 3. Целеполагание. Виды планирования Методы и технологии тайм-менеджмента как элемента системы управления организацией. Целеполагание как определение ключевого направления развития, планирования и разработки плана достижения поставленных целей. Основные принципы и критерии постановки целей (КИНДР, SMART). Сущность планирования рабочего времени. Золотые" пропорции планирования времени. Деятельность менеджера по организации управления временем.</p> <p>Тема 4. Инструменты и методы планирования и распределения времени. Принципы эффективного использования рабочего времени, методы его учета и измерения. Оценка процесса расходования и потери времени в зарубежных и отечественных организациях. Анализ планирования рабочего времени руководителя, способы его оптимизации. Причины дефицита времени и его инвентаризация. Классические техники деловой активности: Основы и принципы делегирования. Правила делегирования. Понятие успеха неуспеха. Система критериев успеха.</p> <p>Тема 5. Поглотители времени. Ресурсы времени. Хронофаги: понятие и их виды. Оценка использования времени, выявление базовых и второстепенных дел. Способы выявления хронофагов. Оптимизация стандартных процессов деятельности и временных затрат. Заповеди распределения времени руководителем. Правило TRAF. Технические форс-мажоры. Ассертивность в тайм-менеджменте. Анализ и работа с «поглотителями» времени.</p> <p>Тема 6. Мотивация в тайм-менеджменте. Мотивация и мотивы деятельности. Мотивация в тайм-менеджменте как условие достижения цели. Соответствие внутренней мотивации поставленным целям. Маленькие хитрости» самомотивации. Преобразование «цели» в</p>

	<p>«путь» достижения промежуточных целей. Правила формулы успеха. Оптимизация персональной деятельности менеджера.</p> <p>Тема 7. Процессный подход к деятельности. Методики Кайдзен. Порядок – одно из основных положений методики Кайдзен. Цепочка процедур, составляющих процесс. Стабилизация процесса. Устранение потерь времени по системе Кайдзен. Совершенствование процессов деятельности.</p> <p>Тема 8. Стресс. Традиционные и нетрадиционные способы борьбы со стрессом. Релаксация. Понятие стресса и его динамики. Грамотное планирование рабочего времени и рациональное распределение обязанностей между сотрудниками. Методы рационального использования времени как способ предупреждения стресса. Повышение фрустрационной стрессоустойчивости. ГЭД личности.</p> <p>Тема 9. Отдых как условие успешного тайм-менеджмента Индивидуальные биоритмы человека: определение своих биоритмов Сознательное использование своих возможностей в процессе управления течением имеющегося в распоряжении времени. Переключение в отдыхе с работы и восстановление сил. Творческая лень. Эффективный сон. Переживание момента. Развитие качеств, необходимых для успешного корпоративного тайм-менеджмента.</p>
Формируемые компетенции	<p>УК-6 - Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p> <p>И-4 Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов и возможностей при решении поставленных задач и приобретении новых знаний и навыков</p> <p>ОПК-3 - Способен разрабатывать обоснованные организационно-управленческие решения с учетом их социальной значимости, содействовать их реализации в условиях сложной и динамичной среды и оценивать их последствия.</p> <p>И-1. Описывает проблемные ситуации деятельности организации, используя профессиональную терминологию и технологии управления;</p>
Результаты освоения дисциплины (модуля)	<p>УК-6</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретические основы постановки целей; - теоретические основы определения задач; - теоретические основы выявления имеющихся ресурсов необходимых для решения поставленных задач; - теоретические основы выбора оптимальных способов решения задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; - теоретические основы критической оценки эффективности использования времени и других ресурсов и возможностей при решении поставленных задач и приобретении новых знаний и навыков; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать теоретические основы постановки целей;

- использовать теоретические основы определения задач;
- использовать теоретические основы выявления имеющихся ресурсов необходимых для решения поставленных задач;
- использовать теоретические основы выбора оптимальных способов решения задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;
- использовать теоретические основы критической оценки эффективности использования времени и других ресурсов и возможностей при решении поставленных задач и приобретении новых знаний и навыков;

Владеть:

- готовностью использовать теоретические основы постановки целей;
- готовностью использовать теоретические основы определения задач;
- готовностью использовать теоретические основы выявления имеющихся ресурсов необходимых для решения поставленных задач;
- готовностью использовать теоретические основы выбора оптимальных способов решения задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;
- готовностью использовать теоретические основы критической оценки эффективности использования времени и других ресурсов и возможностей при решении поставленных задач и приобретении новых знаний и навыков;

ОПК-3

Знать:

- теоретические основы разработки обоснованных организационно-управленческих решений с учетом их социальной значимости;
- теоретические основы содействия реализации обоснованных организационно-управленческих решений в условиях сложной и динамичной среды;
- теоретические основы оценивания последствий организационно-управленческих решений;
- теоретические основы описывания проблемных ситуаций деятельности организации;
- профессиональную терминологию;
- теоретические основы технологий управления;

Уметь:

- использовать теоретические основы разработки обоснованных организационно-управленческих решений с учетом их социальной значимости;
- использовать теоретические основы содействия реализации обоснованных организационно-управленческих решений в условиях сложной и динамичной среды;
- использовать теоретические основы оценивания последствий организационно-управленческих решений;
- использовать теоретические основы описывания проблемных ситуаций деятельности организации;
- использовать профессиональную терминологию;
- использовать теоретические основы технологий управления;

Владеть:

- готовностью использовать теоретические основы разработки

	<p>обоснованных организационно-управленческих решений с учетом их социальной значимости;</p> <ul style="list-style-type: none"> - готовностью использовать теоретические основы содействия реализации обоснованных организационно-управленческих решений в условиях сложной и динамичной среды; - готовностью использовать теоретические основы оценивания последствий организационно-управленческих решений; - готовностью использовать теоретические основы описывания проблемных ситуаций деятельности организации; - готовностью использовать профессиональную терминологию; - готовностью использовать теоретические основы технологий управления;
Трудоемкость, з.е.	4
Форма отчетности	экзамен
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
Основная литература	<p>1. Тайм-менеджмент. Полный курс [Электронный курс]: учебное пособие/ Г.А. Архангельский, С.В. Бехтерев, М.А. Лукашенко, Т.В. Телегина; под ред. Г.А. Архангельский. – Электрон.текстовые данные. – М.: Альпина Паблишер, 2017. – 311 с. – 978-5-9614-1881-1.- Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/68022.html</p>
Дополнительная литература	<p>1. Трейси, Брайан Тайм-менеджмент по Брайну Трейси: Как заставить время работать на вас [Электронный ресурс]/ Брайн Трейси; : пер. М. Иутина. – 3-е изд. – Электрон.текстовые данные. – М.: Альпина Паблишер, 2019. – 302 с.— 978-5-9614-4423-0. - Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/82536.html</p> <p>2. Нётеберг, Штаффан Тайм-менеджмент по помидору: как концентрироваться на одном деле хотя бы 25 минут [Электронный ресурс]/ Штаффан Нётеберг; пер. В. Подобед. - Электрон.текстовые данные. - М.: Альпина Паблишер, 2019. – 248 с. – 978-5-9614-1982-5.- Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/82537.html</p>