

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Юрченко Дмитрий Владимирович  
 Должность: Директор  
 Дата подписания: 04.03.2022 16:18:50  
 Уникальный программный ключ:  
 feaf174667a9e97527abe3faedc50f6e5a4966ff8f6294d090b29d8396ec4945

**АННОТАЦИЯ**  
**к рабочей программе дисциплины**  
**«Самоменеджмент»**

**Направление подготовки: 45.03.02 «Лингвистика»**

**Направленность (профиль) программы:**

**«Теория и методика преподавания иностранных языков и культур»**

**Заочная форма обучения**

<b>1. Цель дисциплины:</b>		формирование у обучающихся способности и готовности использовать методы и техники самоменеджмента и таймменеджмента в процессе социального взаимодействия и решения профессиональных задач.		
<b>2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы - компетенциями</b>				
<b>Планируемые результаты освоения образовательной программы (компетенции), формируемые в рамках дисциплины</b>	<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине</b>	<b>Оценочные средства</b>	
			<b>текущего контроля</b>	<b>Промежуточной аттестации</b>
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.2. Определяет совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений	Знать: объясняет понятие самоменеджмент; характеризует функции самоменеджмента; классифицирует техники самоменеджмента. Уметь: определяет разные виды целей, критериально их оценивает, устанавливает приоритеты; определяет необходимые для реализации целей задачи, критериально оценивает поставленные задачи, правильно устанавливает последовательность задач; составляет краткосрочные и	тест, учебное задание	тест

		долгосрочные планы; выбирает оптимальные способы их достижения, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений.		
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.	УК-6.1. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.	Знать: объясняет понятие тай-менеджмент; перечисляет поглотители времени, называет основные правила планирования времени; Уметь: анализирует виды деятельности и оценивает эффективность расходов времени; идентифицирует поглотители времени; правильно определяет временные затраты при планировании и решении поставленных целей и задач.	Т: тест, учебное задание	П: тест.
<b>3. Место дисциплины в структуре образовательной программы</b>	Дисциплина «Самоменеджмент» относится к факультативным дисциплинам образовательной программы, изучается в 4 семестре.			
<b>4. Объем дисциплины в зачетных единицах</b>	Общая трудоемкость дисциплины в ЗЕ		1	
	Контактная работа обучающихся с преподавателем – всего академ. час.		2	
	Виды учебных занятий	Занятия лекционного типа (ак. час.)	2	
		Занятия семинарского типа (ак. час.)	0	
Самостоятельная работа – всего академ. час.		30		
<b>5. Вид промежуточной аттестации</b>	Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: - текущий контроль успеваемости в форме тестирования, разноуровневых задач и заданий; - промежуточная аттестация в форме зачет (4семестр).			
<b>Составитель:</b>	Семенова Анастасия Анатольевна, к.психол.н.			

