

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Казанский национальный исследовательский технологический университет»
(ФГБОУ ВО «КНИТУ»)

УТВЕРЖДАЮ


Проректор по УР
А.В. Бурмистров
« 4 » 12 2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины Б1.В.ОД.3 - Самоменеджмент учебной деятельности

по направлению 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника»
профиль «Электропривод и автоматика»

Квалификация (степень) выпускника бакалавр
Форма обучения очная/заочная
Институт, факультет ИУАИТ, ФУА
Кафедра-разработчик рабочей программы СРПП
Курс, семестр 1,1/1,2

	Часы	Зачетные единицы
Лекции	18/2	0,5/0,06
Практические занятия	18/4	0,5/0,12
Семинарские занятия		
Лабораторные занятия		
Самостоятельная работа	36/62	1/1,7
Форма аттестации	Зачет/4	/0, 12
Всего	72	2

Казань, 2017г.

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования № 955 от 03.09.2015 г. по направлению 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника» по профилю «Электропривод и автоматика» на основании учебного плана набора обучающихся 2015, 2016, 2017 гг. +

Программа переработана и переутверждена.

Типовая программа по дисциплине отсутствует

Разработчик программы:

доцент



Н.М. Курашова

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры _____ СРПШ

протокол от 8.11. 2017 г. № 3

Зав. кафедрой



Н.Ш.Валеева

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методической комиссии ФУА

от 21.11. 2017 г. № 4

Председатель комиссии, профессор



Р.Н.Зарипов

УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания методической комиссии ФСГТ

от 30.11. 2017г. № 3/1

Председатель комиссии, профессор



Валеева Н.Ш.

Начальник УМЦ



Л.А.Китаева

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» являются:

- а) *формирование у первокурсников знаний о специфике учебной деятельности и способах адаптации в вузе через усвоение содержательных и установочных рекомендаций для организации жизни и учебы в новых условиях;*
- б) *обучение универсальным навыкам и технологиям самоменеджмента в учебной деятельности, актуальных в условиях изменений спроса и требований к молодым специалистам на профессиональном рынке труда;*
- в) *обучение конкретным методам и способам самоорганизации и саморегуляции в рамках учебной деятельности.*

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.ОД.3 «Самоменеджмент учебной деятельности» относится к *вариативной* части ОП и формирует у бакалавров по направлению подготовки 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника» набор знаний, умений, навыков и компетенций, необходимых для выполнения научно-исследовательской, проектно-конструкторской, производственно-технологической и организационно-управленческой профессиональной деятельности.

Для успешного освоения дисциплины *бакалавр по направлению подготовки 13.03.02 «Электроэнергетика и электротехника»* должен освоить школьный материал гуманитарного цикла

Дисциплина «Самоменеджмент учебной деятельности» является предшествующей и необходима для успешного усвоения последующих дисциплин:

а) *Б1.В.ДВ.2.1 – психология и педагогика*

б) *Б1.В.ОД.2 – социальная психология коллектива*

Знания, полученные при изучении дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности», могут быть использованы при прохождении учебной, производственной, преддипломной практик, выполнении выпускных квалификационных работ

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию

ОПК-1 – способность осуществлять поиск, хранение обработку и анализ информации из различных источников и баз данных, представлять ее в требуемом формате с использованием информационных, компьютерных и сетевых технологий,

ПК-18 - способность координировать деятельность членов коллектива исполнителей

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

- 1) Знать:
 - а) что такое самоменеджмент и историю вопроса;
 - б) социальный запрос на личность, способную к саморазвитию;
 - в) основы теории и практики психологии управления
- 2) Уметь:
 - а) актуализировать полученные знания в процессе учебы
 - б) планировать свою деятельность;
 - в) сознательно создавать и сохранять саногенную среду для учебы и развития
- 3) Владеть:
 - а) техниками самоактуализации и саморазвития
 - б) способами и приемами поддержания проактивности и самомотивации
 - в) навыками саморегуляции и защиты от стресса

4. Структура и содержание дисциплины

Б1.В.ОД.3 «Самоменеджмент учебной деятельности».

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы (в часах)				Информационные и другие образовательные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса	Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации по разделам
			Лекции	Семинар (Практические занятия, лабораторные практикумы)	Лабораторные работы	СРС		
1	Теория самоменеджмента	1/2	6/2	2/-	-	12/12	Проблемные лекции, практические занятия в режиме полилога	реферат/контрольная работа, доклад
2	Практика самоменеджмента	1/2	6/-	6/2	-	12/25	Проблемные лекции, практические занятия	доклад, отчет, реферат/контрольная работа, отчет
3	Навыки самоменеджмента	1/2	6/-	10/2	-	12/25	Проблемные лекции, практические занятия	доклад, реферат/контрольная работа, сочинение
	ИТОГО		18/2	18/4		36/62		
Форма аттестации								Зачет

5. Содержание лекционных занятий

№ п/п	Раздел дисциплины	Часы	Тема лекционного занятия	Краткое содержание	Формируемые компетенции
1	РАЗДЕЛ 1. Теория самоменеджмента	2/2	1. Сущность, функции, история самоменеджмента	Самоменеджмент в системе социологических, гуманитарных, экономических и управленческих дисциплин. Современный мир, российская ментальность и трудовая этика. Отечественный опыт создания систем самоменеджмента.	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
2		4/-	2. Цели и принципы самоменеджмента	Требования общества к современному специалисту. Поколение «Y». СУД (самоменеджмент учебной деятельности) как средство адаптации к учебе и организации учебной деятельности в вузе. Принципы: «приоритеты, делегирование, контроль среды, понимание себя». План и цель в системе самоменеджмента	ОК-7, ОПК-1, ПК-18

3	РАЗДЕЛ II. Практика самоменеджмента	2/-	3. Мотивация и самотивация к обучению	Социальные и биологические мотиваторы человеческой деятельности и их использование в практическом менеджменте. Современные теории мотивации и механизмы самотивации. Формирование конструктивных психологических (эмоционально- волевых) и этических установок	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
4		2/-	4. Системы планирования и целеполагания в самоменеджменте	Оптимальные системы планирования в самоменеджменте (Б.Франклина, Д. Эйзенхауэра, В.Парето, ERG Д.Аллена и др.)	ОК-7, ОПК-1, ПК- 18
		2/-	5. Тайм-менеджмент: современные технологии и системы	Технологии управления временем Дж. Моргенштерн и др. Прокрастинация и лайфхаки для оптимизации контроля за временем	ОК-7, ОПК-1, ПК- 18
5	РАЗДЕЛ III. Навыки самоменеджмента	2/-	6. Развитие общего интеллекта, воли, внимания, памяти как основы и условия самообразовательной деятельности	IQ и EQ. Возможности и особенности самопознания, саморазвития, самоконтроля и саморегуляции в ранней молодости. Методы тренировки интеллекта, памяти, творческого мышления	ОК-7, ОПК-1, ПК- 18
6		2/-	7. Способы организации жизни: развитие саногенного мышления	Эмоциональный интеллект. Аутотренинг, методики расслабления и концентрации: Стресс-менеджмент	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
7		2/-	8. Личный стиль деятельности	Индивидуально- типологические особенности, их влияние на самоменеджмент. Этика, этикет, речевая культура как маркеры успешного самоменеджмента Правила успеха в учебной деятельности	ОК-7, ОПК-1, ПК-18

6. Содержание практических занятий

	Раздел дисциплины	Часы	Тема семинара, практического занятия,	Краткое содержание	Формируемые компетенции
1	РАЗДЕЛ I. Теория самоменеджмента	2/-	Предмет самоменеджмента	История развития антропологических знаний о цели и назначении человеческой деятельности: вводный тест на определение уровня общего развития	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
2	РАЗДЕЛ II. Практика самоменеджмента	2/1	Цели и принципы самоменеджмента. Оптимальные системы целеполагания и планирования в самоменеджменте (Б.Франклин, Д. Эйзенхауэр, Дж. Моргенстерн, Д. Аллен и др.)	1. Сущность, функции, цели и принципы самоменеджмента в учебной работе. Цель – выявить уровень готовности применить системы СМ в учебной деятельности. 2. Системы и школы самоменеджмента (Б.Франклин, Д. Эйзенхауэр, Дж. Моргенстерн, Д. Аллен и др.) 3. Российская ментальность и трудовая этика. Отечественный опыт создания систем самоменеджмента. 5 принципов личной эффективности А.А.Любичева (1890-1972).	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
3		2/1	Мотивация и самомотивация к обучению	1. Современные теории мотивации к обучению и формирование конструктивных психологических (эмоционально-волевых) установок. 2. Виды мотивации. Цель семинара – выявить обратную связь, установить контроль понимания и усвоения.	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
4		2/-	Тайм-менеджмент: современные технологии и системы тайм-коучинга	1. Технологии планирования. 2. Технологии управления временем 3. Преодоление психологических барьеров и устранение технических ошибок на пути к личной организованности. 4. Обсуждение видов прокрастинации и способов борьбы с ней.	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
5	РАЗДЕЛ III. Навыки самоменеджмента	4/1	Развитие общего интеллекта, воли, внимания, памяти, речи как основы и условия самообразовательной деятельности.	Семинар 1. 1. IQ и EQ. Эмоциональный интеллект и способность к самоменеджменту 2. Методы тренировки интеллекта, памяти, внимания, творческого мышления. Семинар 2. 1. Речь, язык, понимание. 2. Речевая самоорганизация: речевые проблемы и способы работы над речью. Барьеры понимания научного и учебного текста и способы их преодоления. 3. Отработка рефлексивных умений и навыков работы над техникой речи 4. Работа с текстом. Понятие графических систематизаторов. Виды графических систематизаторов и их применение (отчет)	ОК-7, ОПК-1

6.		4/1	Способы организации жизни: развитие саногенного мышления	Семинар 1. 1. Самомотивация и стресс-менеджмент 2. Аутотренинг, методики расслабления и концентрации Семинар 2. 1. Физическое, психологическое ОК-7, ОПК-1, ПК-19 здоровье и образ жизни студента. 2. Бюджет и питание Коллективное построение алгоритма организации СРС	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
7.		2/-	Личный стиль деятельности.	1. Этика, установки, психологический настрой и другие факторы успеха в учебной деятельности. Сочинение «Самоменеджмент в моей жизни» 2. Обсуждение применимости методик самоменеджмента в личной практике и в интернет-пространстве. Развитие значимых качеств личности и личная организованность Вопрос для дискуссии: Есть ли корреляция между этикой и интеллектом (концепция Л.Колберга)? Заключительное обсуждение итогов освоения курса	ОК-7, ОПК-1, ПК-18

7. Содержание лабораторных занятий
Не предусмотрены

8. Самостоятельная работа бакалавра

№ п / п	Темы, выносимые на самостоятельную работу	Часы	Форма СРС	Формируемые компетенции
1	История самоменеджмента	8/5	реферат	ОК-7, ОПК-1
2	Технологии планирования	6/7	оформление отчета о применении методик	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
3	Способы тренировки и развития мышления	6/15	Поиск и оформление творческих заданий на развитие значимых для учебной деятельности качеств	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
4	Общий и эмоциональный интеллект	5/10	реферат	ОК-7, ОПК-1, ПК-18
5	Графические систематизаторы	5/10	отчет о применении методик	ОК-7
6	Алгоритм организации СРС	6/15	Реферат, сочинение	ОК-7, ОПК-1, ПК-18

9. Использование рейтинговой системы оценки знаний.

Использование рейтинговой системы оценки знаний обучающихся при оценке результатов деятельности студентов в рамках дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» производится на основании «Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний студентов и обеспечения качества учебного процесса».

При оценке результатов деятельности студентов в рамках дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» используется рейтинговая система оценки знаний.

Рейтинговая оценка формируется на основании текущего и промежуточного контроля. Максимальное и минимальное количество баллов по различным видам учебной работы описано в Положении о балльно-рейтинговой системе оценки знаний студентов и обеспечения качества учебного процесса.

При изучении дисциплины предусматриваются зачет, реферат, доклад на семинаре, сочинение. За эти контрольные точки студент может получить минимальное и максимальное количество баллов (см. таблицу).

Для студентов очного отделения:

Оценочные средства	Кол-во	Min, баллов	Max, баллов
<i>Доклад на семинаре</i>	3	36	60
<i>Реферат</i>	1	12	20
<i>Творческое задание (сочинение, отчет о применении методик)</i>	1	12	20
Итого:		60	100

Для студентов заочного отделения:

Оценочные средства	Кол-во	Min, баллов	Max, баллов
<i>Доклад на семинаре</i>	1	36	60
<i>Реферат (контрольная работа)</i>	1	24	40
Итого:		60	100

10. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся и итоговой (государственной итоговой) аттестации разрабатываются согласно положению о Фондах оценочных средств, рассматриваются как составная часть рабочей программы и оформляются отдельным документом.

11. Информационно-методическое обеспечение дисциплины

11.1 Основная литература

При изучении дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» в качестве основных источников информации рекомендуется использовать следующую литературу:

Основные источники информации	Кол-во экз.
1. Основы самоменеджмента: учебник / И.И. Исаченко. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 312 с.	ЭБС «ZNANIUM.COM» http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=538874 доступ из любой точки интернета после регистрации с IP-адресов КНИТУ
2. Резник С. Д. Персональный менеджмент: учебник / Резник С.Д., Бондаренко В.В., Удалов Ф.Е., 5-е изд., перераб. и доп. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 559 с.	ЭБС «ZNANIUM.COM» http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=536811 доступ из любой точки интернета после регистрации с IP-адресов КНИТУ
3. Студент вуза: технологии и организация обучения в вузе: учебник / С.Д. Резник. - 4-е изд., перераб. и доп. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. – 366 с.	ЭБС «ZNANIUM.COM» http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=472506 доступ из любой точки интернета после регистрации с IP-адресов КНИТУ
4. Тайм-менеджмент. Полный курс [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Г.А. Архангельский, М.А. Лукашенко, Т.В. Телегина, С.В. Бехтерев ; Под ред. Г.А. Архангельского. — 3-е изд. — М.: АЛЬПИНА ПАБЛИШЕР, 2014. — 311 с.	ЭБС «ZNANIUM.COM» http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=520753 доступ из любой точки интернета после регистрации с IP-адресов КНИТУ
5. Комаров Е. И. Результативный самоменеджмент: учебное пособие / Е.И.Комаров; Российская акад. народн. хоз. и гос. службы при Президенте РФ. - М.:ИЦ РИОР:НИЦ ИНФРА-М, 2013 - 133 с.	ЭБС «ZNANIUM.COM» http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=402750 доступ из любой точки интернета после регистрации с IP-адресов КНИТУ

11.2 Дополнительная литература

В качестве дополнительных источников информации при изучении дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» рекомендуется использовать следующую литературу:

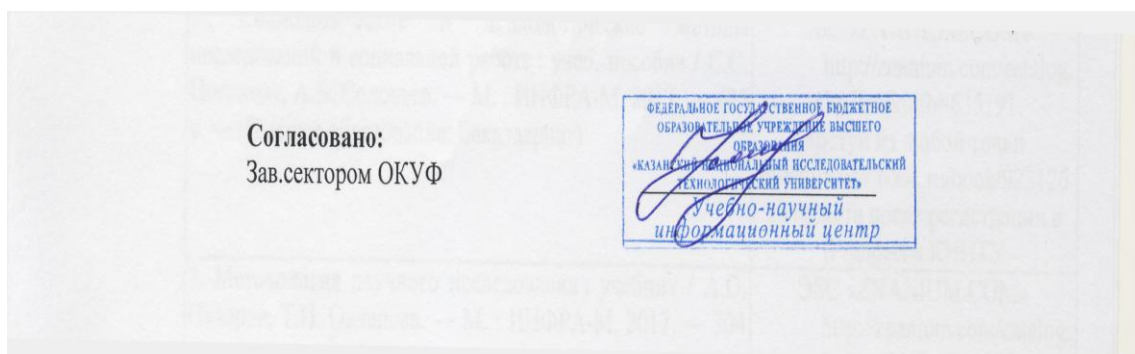
Дополнительные источники информации	Кол-во экз.
6. Психология личности: учебное пособие / Д.А. Донцов, Л.В. Сенкевич, А.И. Рыбакова. — Москва : Русайнс, 2016. — 301 с.	ЭБС «BOOK.RU» http://www.book.ru/book/922023 доступ из любой точки интернета после регистрации с IP-адресов КНИТУ
7. Самоменеджмент: учебное пособие / Под ред. В.Н. Парахиной, В.И. Перова. - М.: Издательство Московского университета, 2012. - 368 с.	ЭБС «Консультант студента» http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785211062542.html доступ из любой точки интернета после

8. Учебная деятельность студента: психологические факторы успешности: монография / Ишков А.Д. - 2-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2013. - 224 с.	регистрации с IP-адресов КНИТУ ЭБС «Консультант студента» http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976516311.html доступ из любой точки интернета после регистрации с IP-адресов КНИТУ
--	---

Электронные источники информации

При изучении дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» рекомендуется использование электронных источников информации:

1. ЭБС «ZNANIUM.COM». – Режим доступа: <http://znanium.com>
2. ЭБС «Консультант студента». – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru>
3. ЭБС «BOOK.RU». – Режим доступа: www.book.ru
4. <http://www.Lifehuck.com>
5. <http://www.Day-Runner.com>



12. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» используются:

1. Лекционные занятия:
 - а) аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук, и т.д.),
 - б) раздаточные и демонстрационные материалы.
2. Практические занятия:
 - а) аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер).

13. Образовательные технологии

В процессе преподавания дисциплины «Самоменеджмент учебной деятельности» используются следующие образовательные технологии:

- работа в малых группах;
- проблемное обучение.

Количество интерактивных часов у студентов заочной формы обучения составляет 2 часа, которые приходятся на практические занятия.

Лист переутверждения рабочей программы

Рабочая программа по дисциплине
«Самоменеджмент учебной деятельности»
по направлению 13.03.02 ЭиЭ
для профиля Электропривод и автоматика
пересмотрена на заседании кафедры СРПП

№ п/п	Дата переутверждения РП (протокол заседания кафедры № <u>1</u> от <u>5.09.</u> 2018_г	Наличие изменений	Наличие изменений в списке литературы	Подпись разработчика	Подпись заведующего кафедрой	Подпись начальника УМЦ
	✓	нет	нет	