

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ТЕХНОЛОГИИ САМОМЕНЕДЖМЕНТА

1. Цели освоения дисциплины

подготовка студентов к эффективному выполнению задач в области самоорганизации собственной трудовой деятельности, в том числе обучение студентов принципам эффективного использования рабочего времени, эффективного отдыха, а также принципам, способам и методам управления личной карьерой в процессе профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «Технологии самоменеджмента» относится к профессиональному циклу (дисциплины по выбору). Курс является основополагающим в формировании знаний и навыков в области управления собственным рабочим временем, его эффективностью и результативностью.

В ходе изучения соответствующих спецкурсов и спецсеминаров, профессионально-творческих практикумов, а также дисциплин специализации студенты учатся применять полученные знания в контексте задач будущей авторской и редакторской работы.

3. Формируемые компетенции в результате освоения дисциплины (модуля) «Технологии самоменеджмента»

ОПК3 – способность понимать сущность журналистской профессии как социальной, информационной, творческой, знать ее базовые характеристики, смысл социальных ролей журналиста, качеств личности, необходимых для ответственного выполнения профессиональных функций;

ОПК10 – способность учитывать в профессиональной деятельности психологические и социально-психологические составляющие функционирования СМИ, особенности работы журналиста в данном аспекте.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

- 1)Знать: возможности и способы решения проблемы дефицита рабочего времени; принципы эффективного нормирования рабочего времени; методы планирования задач; алгоритм планирования рабочего дня.
- 2)Уметь: выделять ключевые показатели учета рабочего времени; рационально структурировать и организовывать рабочее и личное время; формировать и эффективно позиционировать собственные лидерские качества;
- 3)Владеть: техниками борьбы с потерями рабочего времени; умениями самомотивации и организации эффективного отдыха; методами распределения времени и расстановки приоритетов при решении сложных управленческих задач и демонстрировать способность и готовность к практической деятельности по самоорганизации и организации работы малых коллективов исполнителей

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Технологии самоменеджмента»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п/п	Раздел дисциплины
1	Понятие самоменеджмента и его взаимосвязь с другими дисциплинами
2	Хронометраж. Поглотители рабочего времени

3	Планирование задач. Долгосрочное планирование
4	Краткосрочное планирование
5	Управление личной карьерой
6	Принципы самомотивации, самосовершенствования и эффективного отдыха