|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Министерство науки и высшего образования Российской Федерации | | | | |
| Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение | | | | |
| высшего образования | | | | |
| «Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина | | | | |
| (Технологии. Дизайн. Искусство)» | | | | |
|  | | | | |
| |  |  | | --- | --- | | Институт | социальной инженерии | | Кафедра | журналистики и телевизионных технологий | | | | | |
|  | | | | |
|  |  | | | |
|  | | | |
|  | |  | |
|  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  **УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | | |
| **Тайм-менеджмент** | | |
| Уровень образования | бакалавриат | |
| Направление подготовки | 42.03.04 | Телевидение |
| Профиль | Производство телерадиовещательной продукции | |
| Срок освоения образовательной программы по очной форме обучения | 4,5 лет | |
| Форма обучения | Очно-заочная | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Рабочая программа учебной дисциплины «Тайм-менеджмент» основной профессиональной образовательной программы высшего образования*,* рассмотрена и одобрена на заседании кафедры 11 от 30.06.2021 г. | | | |
| Разработчик рабочей программы учебной дисциплины: | | | |
|  | доцент | О.В. Мурзина | |
| Заведующий кафедрой: | | О.В. Мурзина |

# ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

* + - 1. Учебная дисциплина «Тайм-менеджмент» изучается в шестом семестре.
      2. Курсовая работа – не предусмотрена.

## Форма промежуточной аттестации:

зачет.

## Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

* + - 1. Учебная дисциплина «Тайм-менеджмент» относится к обязательной части.
      2. Основой для освоения дисциплины являются результаты обучения по предшествующим дисциплинам и практикам:
* Этика;
* Психология;
* Имиджеология, теория и технология образа.

Результаты обучения по учебной дисциплине, используются при изучении следующих дисциплин и прохождения практик:

* Профессиональная этика журналиста;
* Производство авторской телерадиовещательной продукции;
* Преддипломная практика.

# ЦЕЛИ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

* + - 1. Целями изучения дисциплины «Тайм-менеджмент» являются:
    - приобретение знаний в области теории и практики управления временными ресурсами,
    - повышения личной эффективности, освоение инструментария в области организации и эффективного использования времени,
    - формирование у обучающихся компетенций, установленных образовательной программой в соответствии с ФГОС ВО по данной дисциплине.
      1. Результатом обучения по учебной дисциплине является овладение обучающимися знаниями, умениями, навыками и опытом деятельности, характеризующими процесс формирования компетенций и обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения учебной дисциплины.

## Формируемые компетенции, индикаторы достижения компетенций, соотнесённые с планируемыми результатами обучения по дисциплине:

| **Код и наименование компетенции** | **Код и наименование индикатора**  **достижения компетенции** | **Планируемые результаты обучения**  **по дисциплине** |
| --- | --- | --- |
| УК-1 Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач | ИД-УК 1.1 Анализ поставленной задач с выделением ее базовых составляющих. Определение, интерпретация и ранжирование информации, необходимой для решения поставленной задачи | По результатам освоения дисциплины студент должен уметь:   * анализировать цели и планирует действия по их достижению, используя инструменты тайм-менеджмента; * применять те или иные приемы, способы, техники тайм-менеджмента для решения задач организационного и управленческого характера; * использовать различные приемы, способы саморегуляции эмоционально-волевой сферы и самокоррекции профессиональных деформаций и профессионального выгорания. |
| ИД-УК 1.3  Планирование возможных вариантов решения поставленной задачи, оценка их достоинств и недостатков, определение связи между ними и ожидаемых результатов их решения |
| УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | ИД-УК 6.1 Использование инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей |
| ИД-УК 6.2 Определение приоритетов собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста. Построение профессиональной карьеры и определение стратегии профессионального развития |

# СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

* + - 1. Общая трудоёмкость учебной дисциплины по учебному плану составляет:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| по очно-заочной форме обучения – | 3 | **з.е.** | 108 | **час.** |

## Структура учебной дисциплины для обучающихся по видам занятий: (очно-заочная форма обучения)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Структура и объем дисциплины** | | | | | | | | | |
| **Объем дисциплины по семестрам** | **форма промежуточной аттестации** | **всего, час** | **Контактная работа, час** | | | | **Самостоятельная работа обучающегося, час** | | |
| **лекции, час** | **практические занятия, час** | **лабораторные занятия, час** | **практическая подготовка, час** | **курсовая работа/**  **курсовой проект** | **самостоятельная работа обучающегося, час** | **промежуточная аттестация, час** |
| 6 семестр | зачет | 108 | 18 | 18 |  |  |  | 72 |  |
| Всего: |  | 108 | 18 | 18 |  |  |  | 72 |  |

## Структура учебной дисциплины для обучающихся по разделам и темам дисциплины: (очно-заочная форма обучения)

| **Планируемые (контролируемые) результаты освоения:**  **код(ы) формируемой(ых) компетенции(й) и индикаторов достижения компетенций** | **Наименование разделов, тем;**  **форма(ы) промежуточной аттестации** | **Виды учебной работы** | | | | **Самостоятельная работа, час** | **Виды и формы контрольных мероприятий, обеспечивающие по совокупности текущий контроль успеваемости, включая контроль самостоятельной работы обучающегося;**  **формы промежуточного контроля успеваемости** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Контактная работа** | | | |
| **Лекции, час** | **Практические занятия, час** | **Лабораторные работы, час** | **Практическая подготовка, час** |
|  | **Шестой семестр** | | | | | | |
| УК-1:  ИД-УК 1.1  ИД-УК 1.3  УК-6:  ИД-УК 6.1  ИД-УК 6.2 | **Лекция 1** Построение картин мира | 2 |  |  |  |  | Контроль успеваемости |
| **Лекция 2.** Инструменты самоорганизации | 4 |  |  |  |  |
| **Лекция 3.** Индивидуализация как механизм личного и профессионального развития | 4 |  |  |  |  |
| **Лекция 4** Хронометраж как персональная система учета времени | 2 |  |  |  |  |
| **Лекция 5** Корпоративный тайм-менеджмент | 4 |  |  |  |  |
| **Лекция 6** Построение карьеры | 2 |  |  |  |  |
| УК-1:  ИД-УК 1.1  ИД-УК 1.3  УК-6:  ИД-УК 6.1  ИД-УК 6.2 | **Практическое занятие 1** Место человека в современном мире и мире будущего |  | 2 |  |  | 10 | Устный опрос  Домашнее задание в виде Презентации  Устная дискуссия 1  Устная дискуссия 2  Домашнее задание в виде Доклада |
| **Практическое занятие 2** Определение типа личности, целеполагание, приоритизация, тайм-менеджмент |  | 2 |  |  | 10 |
| **Практическое занятие 3** Индивидуализация как механизм личного и профессионального развития |  | 2 |  |  | 10 |
| **Практическое занятие 4** Личная эффективность на основе данных хронокарты |  | 4 |  |  | 12 |
| **Практическое занятие 5** Карьерный  план и самопрезентация |  | 4 |  |  | 10 |
| **Практическое занятие 6**  Зачет |  | 4 |  |  | 20 | Зачет по билетам |
|  | **ИТОГО за шестой семестр** | **18** | **18** |  |  | **72** |  |

## Содержание учебной дисциплины

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование раздела и темы дисциплины** | **Содержание раздела (темы)** |
| **Лекции** | | |
| 1 | **Лекция 1**  Построение картин мира | Проблема человеческого существования и работа со своим будущим. Сущность футурологического прогноза. Будущее человечества и новая картина мира |
| 2 | **Лекция 2**  Инструменты самоорганизации | Построение цели личностного развития по технологиям SMART, Objectives & Key Results (OKR), HARD, KPI, BSQ. Управление временем и приоритизация жизненных и профессиональных  задач. |
| 3 | **Лекция 3**  Индивидуализация как механизм личного и профессионального развития | Технологии построения индивидуального образовательного маршрута и создание личной ресурсной карты. Развитие мягких навыков и эмоционального интеллекта. Жесткие навыки и профессиональная карьера. |
| 4 | **Лекция 4**  Хронометраж как персональная система учета времени | Время как невосполнимый ресурс. Поглотители времени. Способы минимизации неэффективных расходов времени. Хронометраж как система учета и контроля расходов времени. Определение понятия, суть, задачи Определение понятия хронометраж, суть и задачи хронометража. Характеристика техники полного хронометража. |
| 5 | **Лекция 5**  Корпоративный тайм-менеджмент | Необходимость корпоративного внедрения тайм-менеджмента. Предпосылки и определение корпоративного тайм-менеджмента.  Тайм-менеджмент в программе корпоративного университета |
| 6 | **Лекция 6**  Построение карьеры | Построение карьерного плана: этапы создания. Способы поиска работы. Алгоритм и основные правила составление портфолио. Практика самопрезентации. |
| **Практические занятия** | | |
| 1 | **Практическое занятие 1**  Место человека в современном мире и мире будущего | **Устный опрос по материалам Лекции 1.**  Концепция устойчивого развития. Теория U. Технологии работы с будущим. Типы личности - типы карьеры. Атлас новых профессий.  **Выдача Домашнего задания 1** (Презентация о способах определения типа личности) |
| 2 | **Практическое занятие 2**  Определение типа личности, целеполагание, приоритизация, тайм-менеджмент | **Проверка Домашнего задания 1 (Презентация о способах определения типа личности)**  Тесты исследования временной организации личности: тест для определения индивидуального биологического профиля; тест "Индивидуальные особенности восприятия времени", оценочный тест эффективного распределения времени, тест "Психологический возраст"; опросник "Диагностика особенностей самоорганизации-39" (ДОС-39); методика "Каузометрия"; "Способность самоуправления"; методика "Цель - Средство - Результат" (ЦСР); тест "Анализ жизненных помех" (Зайверг). Методика корректурных проб Ландольта. Специфика использования данных методик |
| 3 | **Практическое занятие 3**  Индивидуализация как механизм личного и профессионального развития | **Дискуссия по материалам Лекции 3.**  Классификация целей и задач по степени приоритетности. Цель и признанные обеспечить ее достижение задачи и шаги. Лучевые диаграммы. Соотношение цели и времени. Планирование через приоритеты. Концепция личностного и организационного развития С.Кови. Связь целей с потребностями личности. Проблема согласования целей. Личные и карьерные цели, их соотношение. Жизненные, стратегические, краткосрочные цели. Психологические техники выделения жизненных целей. Методы планирования работы. Сущность планирования Требования к плану: выполнимость, учет затрат, гибкость, приоритетность. Краеугольное время, золотой час, время отдачи, время возможностей. Выявление приоритетов при планировании. Самостоятельный и посторонний контроль. Использование технических средств контроля. Контроль результатов. |
| 4 | **Практическое занятие 4**  Личная эффективность на основе данных хронокарты | **Дискуссия по материалам Лекции 4.**  Методы инвентаризации организационного времени: поточные карты, карты и графики Ганта, сетевой анализ, хронокарта Гастева, простой органайзер. Расчет фонда рабочего времени. Анализ личной эффективности на основе данных хронокарты.  **Выдача Домашнего задания 2** (доклад о критериях карьерной эффективности). |
| 5 | **Практическое занятие 5**  Карьерный  план и самопрезентация | **Проверка Домашнего задания 2** (доклад о критериях карьерной эффективности).  Критерии эффективности карьеры. Основные показатели результативности карьеры. Карьерные отношения. Адаптируемость карьеры. Тождественность карьеры. |
| 6 | **Практическое занятие 6**  Зачет | **Зачет** |

## Организация самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студента – обязательная часть образовательного процесса, направленная на развитие готовности к профессиональному и личностному самообразованию, на проектирование дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры.

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине организована как совокупность аудиторных и внеаудиторных занятий и работ, обеспечивающих успешное освоение дисциплины.

Аудиторная самостоятельная работа обучающихся по дисциплине выполняется на учебных занятиях под руководством преподавателя и по его заданию. Аудиторная самостоятельная работа обучающихся входит в общий объем времени, отведенного учебным планом на аудиторную работу, и регламентируется расписанием учебных занятий.

Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся – планируемая учебная, научно-исследовательская, практическая работа обучающихся, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия, расписанием учебных занятий не регламентируется.

Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся включает в себя:

подготовку к лекциям и практическим занятиям, зачету;

изучение специальной литературы;

подготовка к практическим занятиям;

подготовка к устному опросу;

выполнение домашнего задания в виде Презентации;

подготовка к дискуссии;

подготовка доклада.

Самостоятельная работа обучающихся с участием преподавателя в форме иной контактной работы предусматривает групповую и (или) индивидуальную работу с обучающимися и включает в себя:

проведение индивидуальных и групповых консультаций по отдельным темам/разделам дисциплины;

проведение консультаций перед зачетом с оценкой по необходимости;

научно-исследовательскую работу студентов (статьи, участие в студенческих научных конференциях и пр.)

Перечень разделов/тем/, полностью или частично отнесенных на самостоятельное изучение с последующим контролем:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Наименование раздела /темы дисциплины, выносимые на самостоятельное изучение** | **Задания для самостоятельной работы** | **Виды и формы контрольных мероприятий** | **Трудоемкость, час** |
| **Практические занятия** | | | | |
|  | **Практическое занятие 1** Место человека в современном мире и мире будущего | Концепция устойчивого развития. Теория U. Технологии работы с будущим. Типы личности - типы карьеры. Атлас новых профессий | **Устный опрос** | **10** |
|  | **Практическое занятие 2** Определение типа личности, целеполагание, приоритизация, тайм-менеджмент | Презентация о способах определения типа личности | **Домашнее задание в виде Презентации** | **10** |
|  | **Практическое занятие 3** Индивидуализация как механизм личного и профессионального развития | **Дискуссия по материалам Лекции 3.**  Классификация целей и задач по степени приоритетности. Цель и признанные обеспечить ее достижение задачи и шаги. Лучевые диаграммы. Соотношение цели и времени. Планирование через приоритеты. Концепция личностного и организационного развития С.Кови. Связь целей с потребностями личности. Проблема согласования целей. Личные и карьерные цели, их соотношение. Жизненные, стратегические, краткосрочные цели. Психологические техники выделения жизненных целей. Методы планирования работы. Сущность планирования Требования к плану: выполнимость, учет затрат, гибкость, приоритетность. Краеугольное время, золотой час, время отдачи, время возможностей. Выявление приоритетов при планировании. Самостоятельный и посторонний контроль. Использование технических средств контроля. Контроль результатов. | **Устная дискуссия 1** | **10** |
|  | **Практическое занятие 4** Личная эффективность на основе данных хронокарты | **Дискуссия по материалам Лекции 4.**  Методы инвентаризации организационного времени: поточные карты, карты и графики Ганта, сетевой анализ, хронокарта Гастева, простой органайзер. Расчет фонда рабочего времени. Анализ личной эффективности на основе данных хронокарты. | **Устная дискуссия 2** | **12** |
|  | **Практическое занятие 5** Карьерный  план и самопрезентация | Доклад о критериях карьерной эффективности | **Домашнее задание в виде Доклада** | **10** |
|  | **Практическое занятие 6**  Зачет | По билетам | **Зачет** | **20** |

## Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

При реализации программы учебной дисциплины возможно применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Реализация программы учебной дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий регламентируется действующими локальными актами университета.

Применяются следующий вариант реализации программы с использованием ЭО и ДОТ

В электронную образовательную среду, по необходимости, могут быть перенесены отдельные виды учебной деятельности:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **использование**  **ЭО и ДОТ** | **использование ЭО и ДОТ** | **объем, час** | **включение в учебный процесс** |
| смешанное обучение | лекции | 18 | в соответствии с расписанием учебных занятий |
| практические занятия | 18 |

# РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИЙ, СИСТЕМА И ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ

## Соотнесение планируемых результатов обучения с уровнями сформированности компетенции.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Уровни сформированности компетенции(-й)** | **Итоговое количество баллов**  **в 100-балльной системе**  **по результатам текущей и промежуточной аттестации** | **Оценка в пятибалльной системе**  **по результатам текущей и промежуточной аттестации** | **Показатели уровня сформированности** | | |
| **универсальной(-ых)**  **компетенции(-й)** | **общепрофессиональной(-ых) компетенций** | **профессиональной(-ых)**  **компетенции(-й)** |
| УК-1:  ИД-УК 1.1  ИД-УК 1.3  УК-6:  ИД-УК 6.1  ИД-УК 6.2 |  |  |
| высокий |  | отлично | Обучающийся:  - исчерпывающе и логически стройно излагает учебный материал, умеет связывать теорию с практикой, справляется с решением задач профессиональной направленности высокого уровня сложности, правильно обосновывает принятые решения;  - определяет психологические принципы эффективного общения и взаимодействия в команде;  - проектирует процесс эффективного обмена информацией, знанием и опытом с членами команды с помощью психологических приемов;  - подбирает психологические технологии для самообразования;  - выявляет трудности в профессиональном развитии и ресурсы их преодоления на основе психологических знаний - свободно ориентируется в учебной и профессиональной литературе;  - дает развернутые, исчерпывающие, профессионально грамотные ответы на вопросы, в том числе, дополнительные. |  |  |
| повышенный |  | хорошо/  зачтено (хорошо)/  зачтено | Обучающийся:  - достаточно подробно, грамотно и по существу излагает изученный материал, приводит и раскрывает в тезисной форме основные понятия;  - определяет психологические принципы эффективного общения и взаимодействия в команде;  - подбирает психологические технологии для самообразования  - допускает единичные негрубые ошибки;  - достаточно хорошо ориентируется в учебной и профессиональной литературе;  - ответ отражает знание теоретического и практического материала, не допуская существенных неточностей. |  |  |
| базовый |  | удовлетворительно/  зачтено (удовлетворительно)/  зачтено | Обучающийся:  - демонстрирует теоретические знания основного учебного материала дисциплины в объеме, необходимом для дальнейшего освоения ОПОП;  - с неточностями излагает определяет психологические принципы эффективного общения и взаимодействия в команде;  - с затруднениями подбирает психологические технологии для самообразования;  - демонстрирует фрагментарные знания основной учебной литературы по дисциплине;  - ответ отражает знания на базовом уровне теоретического и практического материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профилю обучения. |  |  |
| низкий |  | неудовлетворительно/  не зачтено | Обучающийся:  - демонстрирует фрагментарные знания теоретического и практического материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации;  - испытывает серьёзные затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами;  - не способен определить психологические принципы эффективного общения и взаимодействия в команде;  - не ориентируется в психологических технологиях самообразования;  - выполняет задания только по образцу и под руководством преподавателя;  - ответ отражает отсутствие знаний на базовом уровне теоретического и практического материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы. | | |

# ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ, ВКЛЮЧАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

* + - 1. При проведении контроля самостоятельной работы обучающихся, текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Тайм-менеджмент» проверяется уровень сформированности у обучающихся компетенций и запланированных результатов обучения по дисциплине, указанных в разделе 2 настоящей программы.

## Формы текущего контроля успеваемости по дисциплине, примеры типовых заданий:

| **Код(ы) формируемых компетенций, индикаторов достижения компетенций** | **Формы текущего контроля** | * + - 1. **Примеры типовых заданий** |
| --- | --- | --- |
| УК-1:  ИД-УК 1.1  ИД-УК 1.3  УК-6:  ИД-УК 6.1  ИД-УК 6.2 | Устный опрос | Ответы на вопросы:   1. Актуальность изучения тайм-менеджмента в современных условиях. 2. Значение тайм-менеджмента в планировании работы менеджера. 3. Философия времени. 4. Хронометраж как система учета и контроля расходов времени. |
| УК-1:  ИД-УК 1.1  ИД-УК 1.3  УК-6:  ИД-УК 6.1  ИД-УК 6.2 | Домашнее задание в виде презентации | Презентация на тему:   1. Проактивный и реактивный подходы к жизни. 2. Подходы к определению целей. 3. Хронометраж как персональная система учета времени. 4. Поглотители времени. 5. Способы минимизации неэффективных расходов времени. |
| УК-1:  ИД-УК 1.1  ИД-УК 1.3  УК-6:  ИД-УК 6.1  ИД-УК 6.2 | Дискуссия | Дискуссионное обсуждение:   1. Требования к плану: выполнимость, учет затрат, гибкость, приоритетность. 2. Выявление приоритетов при планировании. 3. Учет временного фактора при планировании. Принцип Эйзенхауэра. 4. Долгосрочный, годовой, квартальный, недельный, дневной планы. |
| УК-1:  ИД-УК 1.1  ИД-УК 1.3  УК-6:  ИД-УК 6.1  ИД-УК 6.2 | Домашнее задание в виде Доклада | Подготовьте доклад на тему:   1. Основные карьерные ориентации. 2. Мотивация в карьере. 3. Карьерная самоэффективность. |

## Критерии, шкалы оценивания текущего контроля успеваемости:

| **Наименование оценочного средства (контрольно-оценочного мероприятия)** | **Критерии оценивания** | **Шкалы оценивания** | |
| --- | --- | --- | --- |
| **100-балльная система** | **Пятибалльная система** |
| Домашнее задание в виде Презентации | Обучающийся в процессе доклада по Презентации продемонстрировал глубокие знания поставленной в ней проблемы, раскрыл ее сущность, слайды были выстроены логически последовательно, содержательно, приведенные иллюстрационные материалы поддерживали текстовый контент, презентация имела «цитату стиля», была оформлена с учетом четких композиционных и цветовых решений. При изложении материала студент продемонстрировал грамотное владение терминологией, ответы на все вопросы были четкими, правильными, лаконичными и конкретными. |  | 5 |
| Обучающийся в процессе доклада по Презентации продемонстрировал знания поставленной в ней проблемы, слайды были выстроены логически последовательно, но не в полной мере отражали содержание заголовков, приведенные иллюстрационные материалы не во всех случаях поддерживали текстовый контент, презентация не имела ярко выраженной идентификации с точки зрения единства оформления. При изложении материала студент не всегда корректно употреблял терминологию, отвечая на все вопросы, студент не всегда четко формулировал свою мысль. |  | 4 |
| Обучающийся слабо ориентировался в материале, в рассуждениях не демонстрировал логику ответа, плохо владел профессиональной терминологией, не раскрывал суть проблем. Презентация была оформлена небрежно, иллюстрации не отражали текстовый контент слайдов. |  | 3 |
| Обучающийся не выполнил задание. |  | 2 |
| Домашнее задание в виде Доклада | Обучающийся в процессе доклада демонстрирует глубокие знания поставленной в ней проблемы, раскрыл ее сущность, материал был выстроен логически последовательно, содержательно. При изложении материала студент продемонстрировал грамотное владение терминологией, ответы на все вопросы были четкими, правильными, лаконичными и конкретными. |  | 5 |
| Обучающийся в процессе доклада демонстрирует знания поставленной проблемы. При изложении материала не всегда корректно употребляет терминологию; отвечая на все вопросы, не всегда четко формулирует свою мысль. |  | 4 |
| Обучающийся слабо ориентируется в материале, в рассуждениях не демонстрирует логику ответа, плохо владеет профессиональной терминологией, не раскрывает суть проблем. |  | 3 |
| Обучающийся не выполнил задание. |  | 2 |
| Устный опрос, устная дискуссия | Обучающийся активно участвует в дискуссии или опросе по заданной теме. В ходе комментариев и ответов на вопросы опирается на знания лекционного материала и знания из дополнительных источников. Использует грамотно профессиональную лексику и терминологию. Убедительно отстаивает свою точку зрения. Проявляет мотивацию и заинтересованность к работе. |  | 5 |
| Обучающийся участвует в дискуссии или опросе по заданной теме, но в ходе комментариев и ответов на вопросы опирается в большей степени на остаточные знания и собственную интуицию. Использует профессиональную лексику и терминологию, но допускает неточности в формулировках. |  | 4 |
| Обучающийся слабо ориентируется в материале, в рассуждениях не демонстрирует логику ответа, плохо владеет профессиональной терминологией, не раскрывает суть в ответах и комментариях. |  | 3 |
| Обучающийся не участвует в дискуссии или опросе и уклоняется от ответов на вопросы. |  | 2 |

## Промежуточная аттестация успеваемости по дисциплине:

|  |  |
| --- | --- |
| **Форма промежуточной аттестации** | **Типовые контрольные задания и иные материалы**  **для проведения промежуточной аттестации:** |
| Зачет  в устной форме | Вопросы к зачету  1. Тайм-менеджмент как составляющая самоменеджмента.  2. Две концепции контроля времени: управление и руководство временем.  3. Делегирование полномочий.  4. Тайм-менеджмент, его значение в планировании работы.  5. Принципы, правила и критерии постановки целей. КИНДР, SMART-цели. |

## Критерии, шкалы оценивания промежуточной аттестации учебной дисциплины:

| **Форма промежуточной аттестации** | **Критерии оценивания** | **Шкалы оценивания** | |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование оценочного средства** | **100-балльная система** | **Пятибалльная система** |
| Зачет:  В устной форме | Обучающийся:   * демонстрирует знания отличающиеся глубиной и содержательностью, дает полный исчерпывающий ответ, как на основные вопросы в билете, так и на дополнительные; * свободно владеет научными понятиями, ведет диалог и вступает в научную дискуссию; * способен к интеграции знаний по определенной теме, структурированию ответа, к анализу положений существующих теорий, научных школ, направлений по вопросу билета; * логично и доказательно раскрывает проблему, предложенную в билете; * свободно выполняет практические задания повышенной сложности, предусмотренные программой, демонстрирует системную работу с основной и дополнительной литературой.   Ответ не содержит фактических ошибок и характеризуется глубиной, полнотой, уверенностью суждений, иллюстрируется примерами, в том числе из собственной практики. | 85 – 100 баллов |  |
| Обучающийся:   * показывает достаточное знание учебного материала, но допускает несущественные фактические ошибки, которые способен исправить самостоятельно, благодаря наводящему вопросу; * недостаточно раскрыта проблема по одному из вопросов билета; * недостаточно логично построено изложение вопроса; * успешно выполняет предусмотренные в программе практические задания средней сложности, активно работает с основной литературой, * демонстрирует, в целом, системный подход к решению практических задач, к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.   В ответе раскрыто, в основном, содержание билета, имеются неточности при ответе на дополнительные вопросы. | 65 – 84 баллов |  |
| Обучающийся:   * показывает знания фрагментарного характера, которые отличаются поверхностностью и малой содержательностью, допускает фактические грубые ошибки; * не может обосновать закономерности и принципы, объяснить факты, нарушена логика изложения, отсутствует осмысленность представляемого материала, представления о межпредметных связях слабые; * справляется с выполнением практических заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой, допускает погрешности и ошибки при теоретических ответах и в ходе практической работы.   Содержание билета раскрыто слабо, имеются неточности при ответе на основные и дополнительные вопросы билета, ответ носит репродуктивный характер. Неуверенно, с большими затруднениями решает практические задачи или не справляется с ними самостоятельно. | 41 – 64 баллов |  |
| Обучающийся, обнаруживает существенные пробелы в знаниях основного учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой практических заданий.  На большую часть дополнительных вопросов по содержанию экзамена затрудняется дать ответ или не дает верных ответов. | 0 – 40 баллов |  |

## Система оценивания результатов текущего контроля и промежуточной аттестации.

Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Форма контроля** | **100-балльная система** | **Пятибалльная система** |
| Текущий контроль: |  |  |
| Устный опрос |  | 2 – 5 |
| Домашнее задание в виде презентации |  | 2 – 5 |
| Дискуссия |  | 2 – 5 |
| Доклад |  | 2 – 5 |
| Промежуточная аттестация  (зачет) |  | зачтено/ не зачтено |
| **Итого за семестр**зачет |  |

* + - 1. Полученный совокупный результат конвертируется в пятибалльную систему оценок в соответствии с таблицей:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **100-балльная система** | **пятибалльная система** | |
| **зачет с оценкой/экзамен** | **зачет** |
| 85 – 100 баллов |  | зачтено |
| 65 – 84 баллов |  |
| 41 – 64 баллов |  |
| 0 – 40 баллов |  | не зачтено |

# ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

* + - 1. Реализация программы предусматривает использование в процессе обучения следующих образовательных технологий:
    - проблемная лекция;
    - групповые дискуссии;
    - преподавание дисциплины на основе результатов научных исследований
    - поиск и обработка информации с использованием сети Интернет;
    - дистанционные образовательные технологии;
    - использование на лекционных занятиях видеоматериалов и наглядных пособий.

# ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

* + - 1. Практическая подготовка в рамках учебной дисциплины не предусмотрена.

# ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

* + - 1. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов используются подходы, способствующие созданию безбарьерной образовательной среды: технологии дифференциации и индивидуального обучения, применение соответствующих методик по работе с инвалидами, использование средств дистанционного общения, проведение дополнительных индивидуальных консультаций по изучаемым теоретическим вопросам и практическим занятиям, оказание помощи при подготовке к промежуточной аттестации.
      2. При необходимости рабочая программа дисциплины может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса лицам с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения.
      3. Учебные и контрольно-измерительные материалы представляются в формах, доступных для изучения студентами с особыми образовательными потребностями с учетом нозологических групп инвалидов:
      4. Для подготовки к ответу на практическом занятии, студентам с ограниченными возможностями здоровья среднее время увеличивается по сравнению со средним временем подготовки обычного студента.
      5. Для студентов с инвалидностью или с ограниченными возможностями здоровья форма проведения текущей и промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).
      6. Промежуточная аттестация по дисциплине может проводиться в несколько этапов в форме рубежного контроля по завершению изучения отдельных тем дисциплины. При необходимости студенту предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.
      7. Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся создаются, при необходимости, фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

# МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

* + - 1. Материально-техническое обеспечение дисциплины при обучении с использованием традиционных технологий обучения.

| **Наименование учебных аудиторий, лабораторий, мастерских, библиотек, спортзалов, помещений для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и т.п.** | **Оснащенность учебных аудиторий, лабораторий, мастерских, библиотек, спортивных залов, помещений для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и т.п.** |
| --- | --- |
| 119071, г. Москва, Ул. Малая Калужская, 1;  Малый Калужский переулок, дом 2, строение 4 | |
| аудитории для проведения занятий лекционного типа | комплект учебной мебели,  технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории:   * ноутбук; * проектор. |
| аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации | комплект учебной мебели,  технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории:   * ноутбук, * проектор, |
| **Помещения для самостоятельной работы обучающихся** | **Оснащенность помещений для самостоятельной работы обучающихся** |
| читальный зал библиотеки: | * компьютерная техника; подключение к сети «Интернет» |

* + - 1. Материально-техническое обеспечение дисциплины при обучении с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Необходимое оборудование** | **Параметры** | **Технические требования** |
| Персональный компьютер/ ноутбук/планшет,  камера,  микрофон,  динамики,  доступ в сеть Интернет | Веб-браузер | Версия программного обеспечения не ниже: Chrome 72, Opera 59, Firefox 66, Edge 79, Яндекс.Браузер 19.3 |
| Операционная система | Версия программного обеспечения не ниже: Windows 7, macOS 10.12 «Sierra», Linux |
| Веб-камера | 640х480, 15 кадров/с |
| Микрофон | любой |
| Динамики (колонки или наушники) | любые |
| Сеть (интернет) | Постоянная скорость не менее 192 кБит/с |

Технологическое обеспечение реализации программы осуществляется с использованием элементов электронной информационно-образовательной среды университета.

# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Автор(ы)** | **Наименование издания** | **Вид издания (учебник, УП, МП и др.)** | **Издательство** | **Год**  **издания** | **Адрес сайта ЭБС**  **или электронного ресурса *(заполняется для изданий в электронном виде)*** | **Количество экземпляров в библиотеке Университета** |
| 10.1 Основная литература, в том числе электронные издания | | | | | | | |
| 1 | Ковалева М.А., Нюренберг В.В., Филиогло Л.Д. | Основы самоорганизации | Учебно-методическая литература | Издательство: НИЦ ИНФРА-М | 2018 | http://znanium.com/catalog/document?id=338997 |  |
| 2 | Остервальдер А., Кларк Т., Пинье И. | Твоя бизнес-модель: Системный подход к построению карьеры | Практическое пособие | Альпина Паблишер | 2018 | https://znanium.com/catalog/document?id=333732 |  |
| 3 | Кови С | Семь навыков эффективных менеджеров: Самоорганизация, лидерство, раскрытие потенциала | Практическое пособие | Альпина Паблишер | 2016 | https://znanium.com/catalog/document?id=84397 |  |
| 10.2 Дополнительная литература, в том числе электронные издания | | | | | | | |
| 1 | Елисеева, Л. Я. | Педагогика и психология планирования карьеры | Учебное пособие | Издательство Юрайт | 2019 | https://urait.ru/book/pedagogika-i-psihologiya-planirovaniya-karery-441155 |  |
| 2 | Хоффман Р., Касноча Б. | Жизнь как стартап: Строй карьеру по законам Кремниевой долины | Практическое пособие | Альпина Паблишер | 2016 | https://znanium.com/catalog/document?id=184653 |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10.3 Методические материалы (указания, рекомендации по освоению дисциплины (модуля) авторов РГУ им. А. Н. Косыгина) | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

# ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

## Ресурсы электронной библиотеки, информационно-справочные системы и профессиональные базы данных:

|  |  |
| --- | --- |
| **№ пп** | **Электронные учебные издания, электронные образовательные ресурсы** |
|  | ЭБС «Лань» <http://www.e.lanbook.com/> |
|  | «Znanium.com» научно-издательского центра «Инфра-М»  <http://znanium.com/> |
|  | Электронные издания «РГУ им. А.Н. Косыгина» на платформе ЭБС «Znanium.com» <http://znanium.com/> |
|  | ЭБС «ИВИС» <http://dlib.eastview.com/> |
|  | **Профессиональные базы данных, информационные справочные системы** |
|  | Scopus https://www.scopus.com (международная универсальная реферативная база данных, индексирующая более 21 тыс. наименований научно-технических, гуманитарных и медицинских журналов, материалов конференций примерно 5000 международных издательств); |
|  | Scopus http://www. Scopus.com/ |
|  | Научная электронная библиотека еLIBRARY.RU https://elibrary.ru (крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования); |

## Перечень лицензионного программного обеспечения

| **№ пп** | **Наименование лицензионного программного обеспечения** | **Реквизиты подтверждающего документа** |
| --- | --- | --- |
|  | Windows 10 Pro, MS Office 2019 | контракт № 18-ЭА-44-19 от 20.05.2019 |

### ЛИСТ УЧЕТА ОБНОВЛЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В рабочую программу учебной дисциплины внесены изменения/обновления и утверждены на заседании кафедры журналистики и телевизионных технологий:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | **год обновления РПД** | **характер изменений/обновлений**  **с указанием раздела** | **номер протокола и дата заседания**  **кафедры** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |