

**Аннотация**  
**рабочей программы дисциплины**  
**«Тайм-менеджмент»**  
**Специальность 21.05.02 Прикладная геология**  
**Специализация образовательной программы**  
**«Геологическая съемка, поиски и разведка месторождений твердых полезных ископаемых»**

**1. Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)**

**Цель дисциплины:** формирование у студентов общих представлений о сущности и типах управления временем, принципах и способах управления временным ресурсом для более успешного осуществления профессиональной деятельности

**Задачи дисциплины:**

- формирование у студентов системы знаний по курсу;
- формирование у студентов представления о тайм - менеджменте;
- развитие организационной компетенции, предполагающей овладение способами управления и руководства временем;
- совершенствование у студентов навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции;
- формирование и совершенствование умения качественно анализировать и оценивать свои действия

**2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины и индикаторы их достижения**

**Универсальные компетенции и индикаторы их достижения**

Категория (группа) профессиональных компетенций	Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИД-1УК-6. Эффективно планирует собственное время. ИД-2УК-6. Планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по её реализации.

**3. Содержание дисциплины**

Тема 1. Эволюция тайм - менеджмента

Тема 2. Тайм-менеджмент как система управления временем

Тема 3. Методы тайм-менеджмента

Тема 4. Планирование работы в системе тайм-менеджмента

Тема 5. Создание личной системы тайм-менеджмента

Тема 6. Производственный тайм-менеджмент

Тема 7. Стресс. Традиционные и нетрадиционные способы борьбы со стрессом.

Тема 8. Отдых как условие успешного тайм – менеджмента.