

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Вятский государственный университет»
(ВятГУ)
г. Киров

Утверждаю
Директор/Декан Утемов В. В.



Номер регистрации
РПД_3-44.03.02.01_2019_103352
Актуализировано: 27.05.2021

Рабочая программа дисциплины
Тайм-менеджмент педагога-психолога

	наименование дисциплины
Квалификация выпускника	Бакалавр
Направление подготовки	44.03.02 шифр
	Психолого-педагогическое образование наименование
Направленность (профиль)	3-44.03.02.01 шифр
	Педагогика и психология дошкольного образования наименование
Формы обучения	Заочная, Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра педагогики и методики дошкольного и начального образования (ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра педагогики и методики дошкольного и начального образования (ОРУ) наименование

Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Малова Татьяна Васильевна

ФИО

Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	<p>Формирование общекультурных компетенций в области личного, профессионального и командного тайм-менеджмента и умения применять современные технологии тайм-менеджмента в профессиональной деятельности.</p> <p>Развитие способностей диагностировать личностные достижения ребенка и разрабатывать индивидуальную траекторию его развития; управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>
Задачи дисциплины	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать знания по истории становления тайм-менеджмента в России и за рубежом; о социальных, культурных и личностных особенностях людей при организации личного и рабочего времени; о тайм-менеджменте как системе; о ценностях как основе целеполагания; о трудовых процессах и рабочем времени; об организации рабочего времени; о специфике тайм-менеджмента студента университета; о технологии создания личной системы тайм-менеджмента; о командном тайм-менеджменте и компьютерном тайм-менеджменте; о личностных достижениях ребенка. 2. Сформировать умения организовывать личное и рабочее время и вести ежедневник; анализировать потери личного и рабочего времени; применять основные способы командного тайм-менеджмента при организации практических занятий; пользоваться основами компьютерного тайм-менеджмента при составлении еженедельника и ежедневника; разрабатывать индивидуальную траекторию развития ребенка. 3. Сформировать навыки составления ежедневника, ежедневника и контроля за выполнением поставленных задач; анализа потерь времени и поиска эффективных способов планирования; владения основными способами командного тайм-менеджмента при организации практических занятий; навыками самоанализа и самообразования; рациональными способами составления портфолио; навыками диагностики личностных достижений ребенка. 4. Воспитывать культуру организации личного, рабочего и командного времени.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенция УК-6

Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни		
Знает	Умеет	Владеет
способы управления временем, методы построения траектории	применять способы управления своим временем; определять	навыками управления своим временем, построения и реализации

саморазвития, принципы непрерывного образования	траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	траектории саморазвития на основе принципов непрерывного образования
---	--	--

Компетенция ПК-1

Способен диагностировать личные достижения ребенка и разрабатывать индивидуальную траекторию его развития		
Знает	Умеет	Владеет
личные достижения ребенка	разрабатывать индивидуальную траекторию его развития	навыками диагностики личных достижений ребенка

Структура дисциплины
Тематический план

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Теоретические основы тайм-менеджмента	ПК-1, УК-6
2	Тайм-менеджмент студента	ПК-1, УК-6
3	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ПК-1, УК-6

Формы промежуточной аттестации

Зачет	1 семестр (Очная форма обучения) 2 семестр (Заочная форма обучения)
Экзамен	Не предусмотрен (Очная форма обучения) Не предусмотрен (Заочная форма обучения)
Курсовая работа	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)

Трудоемкость дисциплины

Форма обучения	Курсы	Семестры	Общий объем (трудоемкость)		Контактная работа, час	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час				Самостоятельная работа, час	Курсовая работа (проект), семестр	Зачет, семестр	Экзамен, семестр
			Часов	ЗЕТ		Всего	Лекции	Семинарские, практические занятия	Лабораторные занятия				
Очная форма обучения	1	1	72	2	47	28	10	18	0	25		1	
Заочная форма обучения	1	1, 2	72	2	6.5	6	2	4	0	65.5		2	

Содержание дисциплины

Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
Раздел 1 «Теоретические основы тайм-менеджмента»		26.00
Лекции		
Л1.1	Методологическая основа тайм-менеджмента	2.00
Л1.2	Тайм менеджмент как система	2.00
Л1.3	История становления тайм-менеджмента в России и за рубежом	2.00
Семинары, практические занятия		
П1.1	Ценности как основа тайм-менеджмента	2.00
П1.2	Трудовые процессы и рабочее время	2.00
П1.3	Организация рабочего времени	2.00
Самостоятельная работа		
С1.1	Самостоятельная работа	6.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	8.00
Раздел 2 «Тайм-менеджмент студента»		42.00
Лекции		
Л2.1	Создание личной системы тайм-менеджмент	2.00
Л2.2	Технологии самоменеджмента в организации учебной деятельности студента	2.00
Семинары, практические занятия		
П2.1	Ежедневник студента и образовательная технология портфолио	2.00
П2.2	Метод тайм-менеджмента «Принцип Парето».	2.00
П2.3	Метод тайм-менеджмента «Матрица Эйзенхауэра»	2.00
П2.4	Метод тайм-менеджмента «Интеллект-карты или Mind maps»	2.00
П2.5	Метод тайм-менеджмента «Пирамида Франклина»	2.00
П2.6	Метод тайм-менеджмента «Цветок лотоса»	2.00
Самостоятельная работа		
С2.1	Самостоятельная работа	15.50
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	10.50
Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		4.00
З3.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
ИТОГО		72.00

Заочная форма обучения

Код	Наименование тем занятий	Трудоемкость,
-----	--------------------------	---------------

занятия		академических часов
Раздел 1 «Теоретические основы тайм-менеджмента»		34.00
Лекции		
Л1.1	Методологическая основа тайм-менеджмента	2.00
Л1.2	Тайм менеджмент как система	
Л1.3	История становления тайм-менеджмента в России и за рубежом	
Семинары, практические занятия		
П1.1	Ценности как основа тайм-менеджмента	
П1.2	Трудовые процессы и рабочее время	
П1.3	Организация рабочего времени	2.00
Самостоятельная работа		
С1.1	Самостоятельная работа	30.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	
Раздел 2 «Тайм-менеджмент студента»		34.00
Лекции		
Л2.1	Создание личной системы тайм-менеджмент	
Л2.2	Технологии самоменеджмента в организации учебной деятельности студента	
Семинары, практические занятия		
П2.1	Ежедневник студента и образовательная технология портфолио	2.00
П2.2	Метод тайм-менеджмента «Принцип Парето».	
П2.3	Метод тайм-менеджмента «Матрица Эйзенхауэра»	
П2.4	Метод тайм-менеджмента «Интеллект-карты или Mind maps»	
П2.5	Метод тайм-менеджмента «Пирамида Франклина»	
П2.6	Метод тайм-менеджмента «Цветок лотоса»	
Самостоятельная работа		
С2.1	Самостоятельная работа	32.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	
Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		4.00
З3.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
ИТОГО		72.00

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета www.vyatsu.ru.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине

Учебная литература (основная)

1) Тайм-менеджмент. Полный курс : учебное пособие / Г.А. Архангельский. - 3-е изд. - Москва : Альпина Паблишер, 2016. - 311 с. - ISBN 978-5-9614-1881-1 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=269985/> (дата обращения: 03.03.2021). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

2) Белова, Е. О. Тайм-менеджмент : учебное пособие / Е. О. Белова. - Краснодар : КубГТУ, 2019. - 319 с. - ISBN 978-5-8333-0895-0 : Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/151188> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.

3) Петренко, Е. С. Современные инструменты тайм-менеджмента : учебное пособие / Е.С. Петренко, Л.В. Шабалтина, А.В. Варламов. - Москва : Креативная экономика, 2019. - 86 с. : ил. - Библиогр.: с. 82 - 83. - ISBN 978-5-91292-294-7 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599621/> (дата обращения: 03.03.2021). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

Учебная литература (дополнительная)

1) Сидорова, Н. А. Тайм-менеджмент. Создание оптимального расписания дня и эффективная организация рабочего процесса / Н. А. Сидорова, Е. Б. Анисинкова. - М. : Дашков и К, 2008. - 219 с. - ISBN 978-5-91131-793-5 : 150.40 р. - Текст : непосредственный.

2) Архангельский, Глеб А. Корпоративный тайм-менеджмент : энциклопедия решений / Г. А. Архангельский. - М. : Альпина Бизнес Букс, 2008. - 160 с. - Предм. указ.: с. 160. - ISBN 978-5-9614-0704-4 : 452.00 р. - Текст : непосредственный.

3) Моргенстерн, Джулия. Тайм менеджмент. Искусство планирования и управления своим временем и своей жизнью / Д. Моргенстерн. - М. : Добрая книга, 2006. - 256 с. : ил. - (Средства для высокоэффективной жизни). - ISBN 5-94015-005-5 : 124.50 р. - Текст : непосредственный.

Учебно-наглядное пособие

1) Тарасов, Константин Николаевич. Тайм-менеджмент : учебное наглядное пособие для всех направлений подготовки / К. Н. Тарасов ; ВятГУ, ИГСН, ФИПНК, каф. ИСиПН. - Киров : ВятГУ, 2021. - 32 с. - Б. ц. - Текст . Изображение : электронное.

Электронные образовательные ресурсы

- 1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>
- 2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program_ID=3-44.03.02.01
- 3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>
- 4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» (www.biblioclub.ru)
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Демонстрационное оборудование

Перечень используемого оборудования
ИНТЕРАКТИВНЫЙ КОМПЛЕКС SMART BOARD SBM
НОУТБУК DELL INSPIRON В КОМПЛЕКТЕ С МЫШЬЮ Logitech B100

Учебно-наглядное пособие

Перечень используемого оборудования
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА "LIFEMENTOR"

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)

№ п.п	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО
1	Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»	Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO
2	Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами
3	Office Professional Plus 2016	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями
4	Windows Professional	Операционная система
5	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение
6	Справочная правовая система «Консультант Плюс»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
7	Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
8	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.
9	МойОфис Стандартный	Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:
https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=103352