

## Аннотация дисциплины Б.1.2.4 Дисциплина. Управление личным временем

Дисциплина "Управление личным временем" изучается обучающимися по основной профессиональной образовательной программе "Машины и технология высокоэффективных процессов обработки материалов" направления подготовки "15.03.01 Машиностроение".

Дисциплина изучается в 5, 6 семестре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 74/3 часов/з.ед. Самостоятельная работа заключается в выполнении работ, указанных в разделе 4.

В ходе изучения дисциплины осуществляется текущий контроль в форме технологии рейтингового контроля в соответствии с технологической карты дисциплины, размещенной на электронном курсе, а также промежуточный контроль в форме без контрольной акции, зачет.

Целью изучения дисциплины является формирование следующих компетенций:

1. УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

В ходе изучения дисциплины последовательно рассматриваются темы:

1. Введение в тайм-менеджмент. Тайм-менеджмент, его значение в планировании работы.  
Виды планирования.  
Инструменты и методы планирования и распределения времени.
2. Исследование особенностей своей мотивации в процессе руководства временем.  
Знакомство с принципами Кайдзен.

Основными стратегическими образовательными технологиями являются: лекционные занятия, процедуры самообучения.

В рамках указанных технологий применяются тактические образовательные технологии: классическая лекция, лекция с элементами мозгового штурма, проблемная лекция.