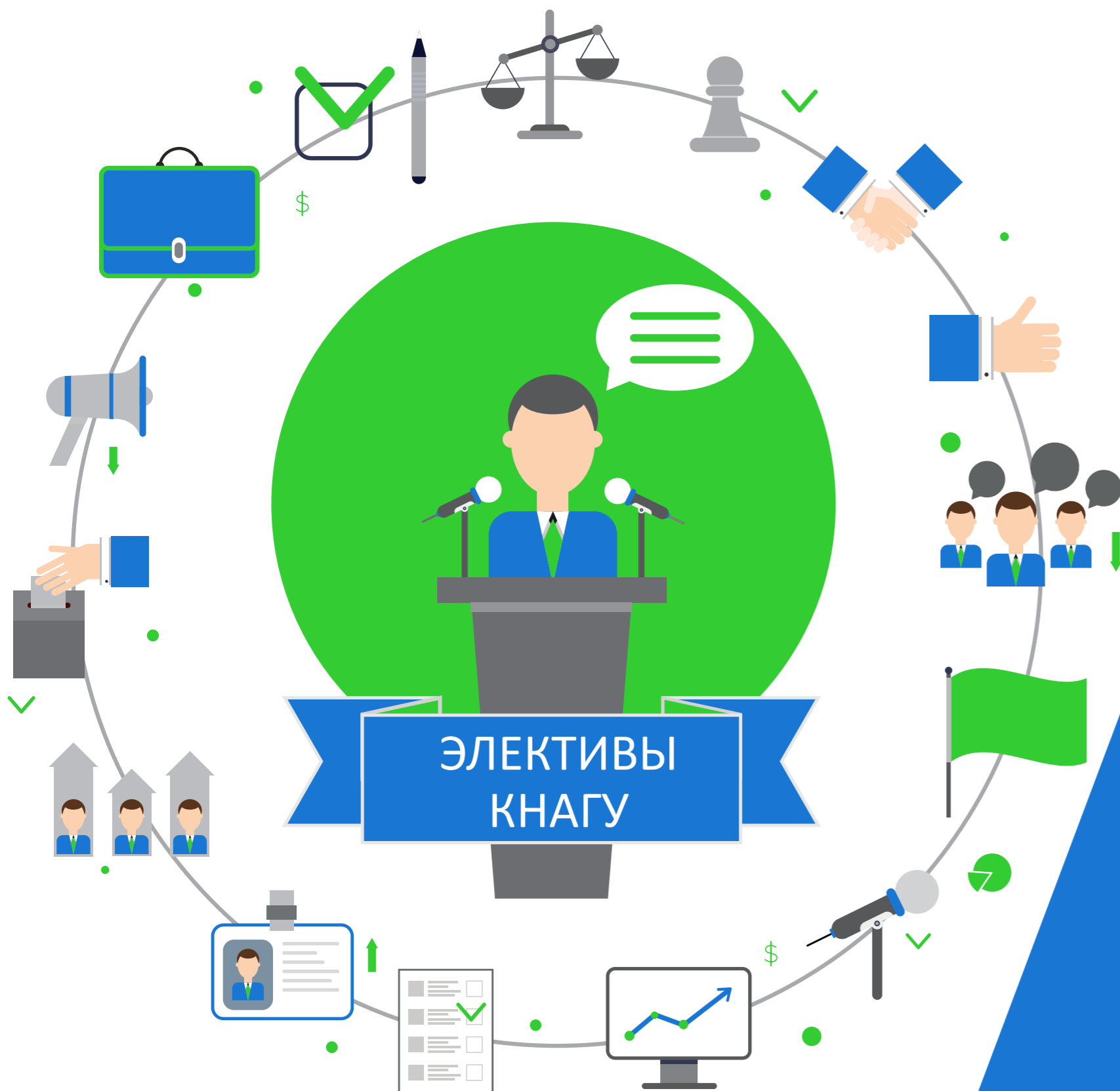




КОМСОМОЛЬСКИЙ-НА-АМУРЕ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ



ЭЛЕКТИВНЫЙ КУРС
для учащихся 8-10-х классов

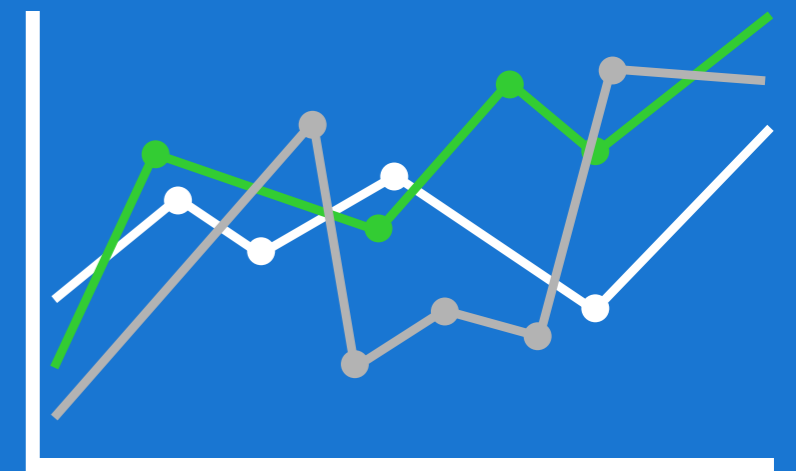
«ЭФФЕКТИВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ
ВРЕМЕНЕМ»


Цель курса – формирование у обучающихся общих представлений о сущности и типах управления временем, принципах и способах управления временным ресурсом для более успешного осуществления профессиональной деятельности.

Задачи курса

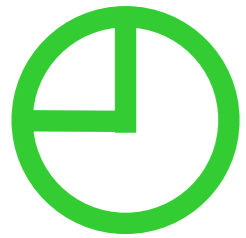
- формирование системы знаний по курсу;
- формирование представления о тайм-менеджменте;
- развитие организационной компетенции, предполагающей овладение способами управления и руководства временем;
- совершенствование навыков самоконтроля и самоорганизации;
- формирование и совершенствование умения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

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА



- 
- 1. Мотивация
 - 2. Осмысление понятия «Время»
 - 3. Целеполагание и выбор
 - 4. Приемы планирования

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА



ОБЩИЙ ОБЪЕМ КУРСА

34 часа



В результате освоения элективного курса обучающийся должен:

ЗНАТЬ:

- сущность понятий «тайм-менеджмент», «личная система тайм-менеджмента», «временные ресурсы», «временная компетентность менеджера»;
- цели и функции тайм-менеджмента;
- исторически сложившиеся и современные отечественные и зарубежные концепции управления временем;
- методы тайм-менеджмента, алгоритм планирования;
- инструменты тайм-менеджмента.

УМЕТЬ:

- проводить аудит своего времени и анализировать причины дефицита времени;
- оценивать свои реальные резервы времени и рационально их использовать;
- выбирать наиболее эффективные способы управления временем;
- определять «поглотителей» времени и корректировать процесс управления временем;
- делегировать дела с низким уровнем приоритетности;
- выделять временные резервы времени под новые задачи;
- планировать и высвобождать время для отдыха и восстановления своих сил.

ВЛАДЕТЬ:

- знаниями и определенными навыками планирования и целеполагания;
- знаниями и определенными навыками оценки и анализа своих временных ресурсов;
- знаниями и определенными навыками эффективного использования времени;
- знаниями и определенными умениями в разработке личной системы тайм-менеджмента.

КОМПЕТЕНЦИИ

Профессорско-преподавательский состав кафедры менеджмента, маркетинга и муниципального управления (ММГУ) факультета экономики и менеджмента ФГБОУ ВО «Комсомольский-на-Амуре государственный университет»



Доцент кафедры ММГУ

Капустенко Ирина Сергеевна

кандидат экономических наук, доцент.

 ФГБОУ ВО «КНАГУ», пр. Ленина, 27, ауд. 412/1

 +7 (4217) 241-214

 kapustenko.is@email.knastu.ru

РАЗРАБОТЧИК КУРСА

