

## Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	<b>Самоменеджмент</b>
Содержание	<p>В ходе дисциплины рассматриваются следующие вопросы:          Задачи и проблемы самоменеджмента.          Методы планирования своего времени.          Методы планирования и реализации стратегии развития личных и профессиональных качеств для достижения поставленных целей.          Умение понимать себя.          Оценка собственной эффективности.          Слагаемые эффективного самоменеджмента.          Умение находить общий язык с окружающими.          Позитивная жизненная позиция.          Умение управлять собой.          Преимущества эффективного самоменеджмента.          Методы целеполагания.</p>
Реализуемые компетенции	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
Результаты освоения дисциплины (модуля)	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы самоменеджмента;</li> <li>- теоретические основы управления временем ;</li> <li>- методы самоанализа;</li> <li>- теоретические основы планирования стратегии развития профессиональных навыков;</li> <li>- теоретические основы планирования стратегии развития личностных качеств и профессиональных компетенций;</li> <li>- методы самомотивации;</li> <li>- методы целеполагания;</li> <li>- методы самодисциплины;</li> <li>- основы принципа образования в течение всей жизни;</li> <li>- теоретические основы продвижения по карьерной лестнице;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять основные методы тайм менеджмента;</li> <li>- применять основные методы самоменеджмента;</li> <li>- применять основные методы самоанализа;</li> <li>- применять основы планирования стратегии развития профессиональных навыков;</li> <li>- применять основы планирования стратегии развития личностных качеств и профессиональных компетенций;</li> <li>- применять методы самомотивации;</li> <li>- применять методы целеполагания;</li> <li>- применять методы самодисциплины;</li> <li>- применять принцип образования в течение всей жизни;</li> <li>- применять методы продвижения по карьерной лестнице;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком применять основные методы тайм менеджмента;</li> <li>- навыком применять основные методы самоменеджмента;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком применять основные методы самоанализа;</li> <li>- навыком планировать стратегию развития личных качеств профессиональных компетенций;</li> <li>- навыком планировать стратегию развития личностных качеств;</li> <li>- навыком применять методы самомотивации;</li> <li>- навыком применять методы целеполагания;</li> <li>- навыком применять методы самодисциплины;</li> <li>- навыком применять принцип образования в течение всей жизни;</li> <li>- навыком применять методы продвижения по карьерной лестнице;</li> </ul>
Трудоемкость, з.е.	3 з.е.
Формы отчетности (в т.ч. по семестрам)	Зачет в 3 семестре;
<b>Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины</b>	
Основная литература	1. Основы самоменеджмента : учебное пособие / Д. В. Запорожец, А. В. Назаренко, Д. С. Кенина [и др.]. — Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2018. — 120 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/92993.html">http://www.iprbookshop.ru/92993.html</a> (дата обращения: 16.04.2020). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
Дополнительная литература	1. Самоменеджмент: Учебно-практическое пособие по дисциплине «Теория менеджмента» для обучающихся по направлению 38.03.02. «Менеджмент» / С.В. Позднякова, Н.Ю. Донец, П.В. Поздняков, В.А. Морозов ; Министерство сельского хозяйства РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования, Кафедра менеджмента в АПК. - Санкт-Петербург. : СПбГАУ, 2015. - 55 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364361">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364361</a>