

МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТРАНСПОРТА»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ИЭФ



Ю.И. Соколов

25 мая 2020 г.

Кафедра «Экономика труда и управление человеческими ресурсами»

Авторы Епишкин Илья Анатольевич, к.э.н., доцент

Подгурная Ирина Юрьевна

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Навыки личной эффективности

Направление подготовки: 38.04.01 – Экономика

Магистерская программа: Экономика труда

Квалификация выпускника: Магистр

Форма обучения: очно-заочная

Год начала подготовки 2020

Одобрено на заседании Учебно-методической комиссии института Протокол № 6 20 мая 2020 г. Председатель учебно-методической комиссии  М.В. Ишханян	Одобрено на заседании кафедры Протокол № 12 12 мая 2020 г. Заведующий кафедрой  И.А. Епишкин
--	---

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) в виде электронного документа выгружена из единой корпоративной информационной системы управления университетом и соответствует оригиналу

Простая электронная подпись, выданная РУТ (МИИТ)
ID подписи: 11244
Подписал: Заведующий кафедрой Епишкин Илья Анатольевич
Дата: 12.05.2020

Москва 2020 г.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения учебной дисциплины «Навыки личной эффективности» являются формирование у студентов следующих компетенций:

ПКС-10

Способен применять современные методы, методики и инструменты управления трудом, направленные на повышение эффективности труда и конкурентоспособности организаций.

УК-6

Способен определить и реализовать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки.

2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Учебная дисциплина "Навыки личной эффективности" относится к блоку 1 "Дисциплины (модули)" и входит в его вариативную часть.

2.1. Наименования предшествующих дисциплин

Для изучения данной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

2.1.1. Навыки эффективных презентаций:

Знания: принципы и закономерности планирования и проведения эффективной презентации

Умения: применять полученные навыки для подготовки и проведения презентаций

Навыки: технологиями подготовки и проведения эффективных презентаций

2.2. Наименование последующих дисциплин

Результаты освоения дисциплины используются при изучении последующих учебных дисциплин:

2.2.1. Эффективная организация труда

Знания: способы формирования и управления трудовым коллективом

Умения: использовать и применять на практике систему законодательства и нормативные правовые акты, регламентирующих организацию труда

Навыки: навыками расчетов продолжительности и интенсивности рабочего времени и времени отдыха персонала

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате освоения дисциплины студент должен:

№ п/п	Код и название компетенции	Ожидаемые результаты
1	ПКС-10 Способен применять современные методы, методики и инструменты управления трудом, направленные на повышение эффективности труда и конкурентоспособности организаций	ПКС-10.1 Владеет навыками изучения трудовых процессов и организации труда; организации проведения исследований трудовых процессов и внедрения прогрессивных форм организации труда; учёта рабочего времени работников и разработки нормативов и норм труда; организации оплаты труда работников и мотивации персонала; оценки уровня заработной платы на рынке труда; расчёта, анализа и учёта показателей по труду; разработки проектов нормативных документов по вопросам социально-трудовой сферы. ПКС-10.2 Разрабатывает и обосновывает систему управления процессами труда в организации, владеет навыками управления процессами труда в организации. ПКС-10.3 Осуществляет администрирование процессов и документооборота по управлению процессами труда. ПКС-10.4 Осуществляет методологическое сопровождение по вопросам организации и нормирования труда, стимулирования и мотивации персонала.
2	УК-6 Способен определить и реализовать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1 Находит и творчески использует имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития. УК-6.2 Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ И АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСАХ

4.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет:

4 зачетные единицы (144 ак. ч.).

4.2. Распределение объема учебной дисциплины на контактную работу с преподавателем и самостоятельную работу обучающихся

Вид учебной работы	Количество часов	
	Всего по учебному плану	Семестр 1
Контактная работа	28	28,15
Аудиторные занятия (всего):	28	28
В том числе:		
лекции (Л)	14	14
практические (ПЗ) и семинарские (С)	14	14
Самостоятельная работа (всего)	116	116
ОБЩАЯ трудоемкость дисциплины, часы:	144	144
ОБЩАЯ трудоемкость дисциплины, зач.ед.:	4.0	4.0
Текущий контроль успеваемости (количество и вид текущего контроля)	ПК1, ПК2	ПК1, ПК2
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	ЗаО	ЗаО

4.3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Семестр	Тема (раздел) учебной дисциплины	Виды учебной деятельности в часах/ в том числе интерактивной форме						Формы текущего контроля успеваемости и промежу- точной аттестации
			Л	ЛР	ПЗ/ТП	КСР	СР	Всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Раздел 1 Понятие и принципы персональной эффективности. Критерии эффективности. Система навыков персональной эффективности.	5		2		13	20	ПК1
2	1	Раздел 2 Мотивационно- ценностный компонент. Мотивы и ценности и их влияние на эффективность индивида. Согласованность и экологичность целей как метод профилактики внутренних конфликтов. Целеполагание, планирование, таймменеджмент как основные инструменты личной эффективности.	5		1		27	33	ПК1, устный опрос, выполнение практических заданий
3	1	Раздел 3 Функциональный компонент Аудит персональных ресурсов. Навыки управления персональными ресурсами личности. Методы психогигиены.	4		7		18	29	ПК2
4	1	Раздел 4 Коммуникационный компонент Технологии эффективной			4		58	62	ПК2, устный опрос, выполнение практических заданий,

№ п/п	Семестр	Тема (раздел) учебной дисциплины	Виды учебной деятельности в часах/ в том числе интерактивной форме						Формы текущего контроля успеваемости и промежу- точной аттестации
			Л	ЛР	ПЗ/ТП	КСР	СР	Всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		коммуникации в деловом общении (проведение переговоров, совещаний, обмен обратной связью). Эффективные методы взаимодействия в конфликте. Технологии отработки негативной обратной связи.							тестирование
5	1	Раздел 5 ЗАЧЁТ						0	ЗаО
6		Всего:	14		14		116	144	

4.4. Лабораторные работы / практические занятия

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены.

Практические занятия предусмотрены в объеме 14 ак. ч.

№ п/п	№ семестра	Тема (раздел) учебной дисциплины	Наименование занятий	Всего часов/ из них часов в интерактивной форме
1	2	3	4	5
1	1	РАЗДЕЛ 1 Понятие и принципы персональной эффективности.	«Карта персональных интересов индивида»	1
2	1	РАЗДЕЛ 1 Понятие и принципы персональной эффективности.	«Личная система сбалансированных показателей (PBSC)»	1
3	1	РАЗДЕЛ 2 Мотивационно-ценностный компонент.	«Ценности и убеждения личности»	1
4	1	РАЗДЕЛ 3 Функциональный компонент	«Ресурсный анализ»	2
5	1	РАЗДЕЛ 3 Функциональный компонент	«Персональные проекты в личной, социальной и творческой сферах»	2
6	1	РАЗДЕЛ 3 Функциональный компонент	«Персональное сценарное поле»	3
7	1	РАЗДЕЛ 4 Коммуникационный компонент	«Социальное сценарное поле»	2
8	1	РАЗДЕЛ 4 Коммуникационный компонент	«Методики изучения компетентности в общении»	2
ВСЕГО:				14/0

4.5. Примерная тематика курсовых проектов (работ)

Выполнение курсового проекта (работы) по дисциплине «Навыки личной эффективности» не предусмотрено.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Преподавание дисциплины "Навыки личной эффективности" осуществляется в форме лекционных и практических занятий.

Лекции проводятся в традиционной классно-урочной организационной форме, по типу управления познавательной деятельности являются классическо-лекционными (объяснительно-иллюстративными).

Практические занятия организованы с использованием технологий развивающего обучения. Практический курс выполняется в виде традиционных практических занятий (объяснительно-иллюстративное решение задач), с использованием интерактивных (диалоговые) технологий, в том числе разбор и анализ конкретных ситуаций, электронный практикум (компьютерное моделирование и практический анализ результатов); технологий, основанных на коллективных способах обучения, а также с использованием компьютерной тестирующей системы.

Самостоятельная работа студента организована с использованием традиционных видов работы и интерактивных технологий. К традиционным видам работы относятся отработка учебного материала и отработка отдельных тем по учебным пособиям, подготовка к промежуточным контролям, выполнение заданий курсовой работы. К интерактивным (диалоговым) технологиям относятся отработка отдельных тем по электронным пособиям, подготовка к промежуточным контролям в интерактивном режиме, интерактивные консультации в режиме реального времени по специальным разделам и технологиям, основанным на коллективных способах самостоятельной работы студентов. Оценка полученных знаний, умений и навыков основана на модульно-рейтинговой технологии. Весь курс разбит на разделы, представляющих собой логически завершенный объём учебной информации. Фонды оценочных средств освоенных компетенций включают как вопросы теоретического характера для оценки знаний, так и задания практического содержания (решение практических и ситуационных задач, выполнение заданий курсовой работы) для оценки умений и навыков. Теоретические знания проверяются путём применения таких организационных форм, как индивидуальные и групповые опросы, решение тестов с использованием компьютеров или на бумажных носителях.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

№ п/п	№ семестра	Тема (раздел) учебной дисциплины	Вид самостоятельной работы студента. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы	Всего часов
1	2	3	4	5
1	1	РАЗДЕЛ 1 Понятие и принципы персональной эффективности.	Проработка учебного материала по учебной литературе из приведённых источников и подготовка к практическому занятию [осн. – 2 (гл. 4), 3 (гл. 1), 5 (гл.1)], [доп. – 4 (гл. 7), 3 (гл. ...)]	13
2	1	РАЗДЕЛ 2 Мотивационно-ценностный компонент.	Проработка учебного материала по учебной литературе из приведённых источников и подготовка к практическому занятию [осн. – 1 (стр. 5-34), 4 (гл. 10), 3 (гл. 3, 7), 5 – (гл. 3, 8)], [доп. – 2 (4), 3 (гл. 2), 4 (гл. 8, гл.10)]	27
3	1	РАЗДЕЛ 3 Функциональный компонент	Проработка учебного материала по учебной литературе из приведённых источников и подготовка к практическому занятию [осн. – 3 (гл. 4, 5), 4 (гл. 8.2), 3 (гл. 4, 5), 4 – (гл. 3, 8)], [доп. – 2 (4), 3 (гл. 2), 4 (гл. 8, гл.12)]	18
4	1	РАЗДЕЛ 4 Коммуникационный компонент	Проработка учебного материала по учебной литературе из приведённых источников и подготовка к практическому занятию [осн. – 2 (гл. 11-13); - 3 (гл. 6, 7) - 4 (гл. 15, 16), 5 (стр. 7-10)], [доп. – 3 (гл. 8, 9) 4 (гл. 13)]	58
ВСЕГО:				116

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Автор (ы)	Год и место издания Место доступа	Используется при изучении разделов, номера страниц
1	Персональный менеджмент	О. К. Слинкова.	Издательство Юрайт, 2021 https://urait.ru/bcode/476956	Все разделы
2	Общая психология. Личность и мотивация. Практикум	З. В. Диянова, Т. М. Щеголева.	Издательство Юрайт, 2021 https://urait.ru/bcode/472952	Все разделы
3	Психология труда	С. Ю. Манухина	Издательство Юрайт, 2021 https://urait.ru/bcode/469024	Все разделы

7.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Автор (ы)	Год и место издания Место доступа	Используется при изучении разделов, номера страниц
-------	--------------	-----------	--------------------------------------	--

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ "ИНТЕРНЕТ", НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

http://miit-ief.ru/student/methodical_literature/ (Электронная библиотека ИЭФ)
<http://library.miit.ru> (НТБ МИИТа (электронно-библиотечная система))
<https://www.biblio-online.ru> (Электронная библиотечная система «Юрайт», доступ для студентов и преподавателей РУТ(МИИТ))
<http://e.lanbook.com> (Электронно-библиотечная система «Лань», доступ для студентов и преподавателей РУТ(МИИТ))
<https://www.book.ru/> (ЭБС book.ru – доступ для преподавателей и студентов РУТ(МИИТ))
<https://www.ibooks.ru/> (ЭБС ibooks.ru – доступ для преподавателей и студентов РУТ(МИИТ))
<http://gks.ru> (Федеральная служба государственной статистики)

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ, ИСПОЛЪЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине требуется наличие следующего ПО: OS Windows, Microsoft Office, система компьютерного тестирования АСТ.

В образовательном процессе применяются следующие информационные технологии: персональные компьютеры; компьютерное тестирование; мультимедийное оборудование; средства коммуникаций: ЭИОС РУТ (МИИТ) и/или электронная почта.

10. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Для успешного проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования.

Для проведения практических занятий требуется компьютерная аудитория, оснащенная

мультимедийным оборудованием и ПК. ПК должны быть обеспечены необходимыми для обучения лицензионными программными продуктами, позволять осуществлять поиск информации в сети Интернет, экспорт информации на цифровые носители.

Для организации самостоятельной работы студентов необходима аудитория с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет. Необходим доступ каждого студента к информационным ресурсам – институтскому библиотечному фонду и сетевым ресурсам Интернет.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендуется следующим образом организовать время, необходимое для изучения дисциплины:

- самостоятельное изучение теоретического материала, необходимого для практического занятия по данному разделу – 30-45 минут;
- подготовка к практическому занятию – 30-45 минут.

При подготовке к практическим занятиям обучающимся полезно изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо освоить основные понятия и методики анализа, ответить на контрольные вопросы. В течение практического занятия студенту следует выполнять задания, выданные преподавателем.

Рекомендуется, вместо простого «заучивания» материала добиться понимания изучаемой темы. С этой целью после изучения очередного параграфа следует выполнить несколько простых упражнений на данную тему.

При выполнении домашних заданий необходимо сначала повторить основные сведения по теме задания. При выполнении упражнения нужно сначала понять, что требуется, какой теоретический материал нужно использовать, наметить план решения задачи.

Текущий контроль осуществляется в виде устных опросов и тестирования. При подготовке к опросу студенты должны освоить теоретический материал по блокам тем, выносимых на этот опрос. При подготовке к тестированию студентам необходимо повторить материал лекционных и практических занятий по отмеченным преподавателям темам.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения учебной дисциплины, рассмотрены через соответствующие знания, умения и владения. Для проверки уровня освоения дисциплины предлагаются вопросы к зачёту и образцы тестовых материалов, где каждый вариант содержит задания, разработанные в рамках основных тем учебной дисциплины и включающие терминологические задания.