

МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТРАНСПОРТА»
(РУТ (МИИТ))



Рабочая программа дисциплины (модуля),
как компонент образовательной программы
специализированного высшего образования
по направлению подготовки
38.04.02 Менеджмент,
утвержденной первым проректором РУТ (МИИТ)
Тимониным В.С.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Развитие навыков личной эффективности

Направление подготовки: 38.04.02 Менеджмент

Направленность (профиль): Организационный дизайн

Форма обучения: Очно-заочная

Рабочая программа 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: 08.06.2026

1. Общие сведения о дисциплине (модуле).

Целями освоения учебной дисциплины являются формирование у студентов комплекса профессиональных знаний и практических навыков для осуществления проектной и процессной деятельности в организации с использованием современных практик управления, лидерских и коммуникативных навыков, с учётом существующей рыночной ситуации и бизнес-модели организации.

Задачами освоения дисциплины является формирование у обучающихся навыков:

- управления проектами;
- принятия организационно-управленческих решений;
- создания и управления командой;
- построения карьерных маршрутов работников;
- управления персональными целями, реализации приоритетов собственной деятельности и её совершенствования на основе самооценки;
- профессионального развития, научной организации труда и построения эффективных коммуникаций на индивидуальном и корпоративном уровнях.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю).

Перечень формируемых результатов освоения образовательной программы (компетенций) в результате обучения по дисциплине (модулю):

ПК-3 - Способен разрабатывать и реализовывать проекты организационных изменений на основе современных коммуникативных технологий с учетом корпоративной культуры, организационных рисков, трендов организационного развития;

ПК-5 - Способен осуществлять оценку эффективности организационных изменений и обосновывать управленческие решения в сфере организационного дизайна в условиях цифровой трансформации.

Обучение по дисциплине (модулю) предполагает, что по его результатам обучающийся будет:

Знать:

- принципы организационного лидерства;
- технологии проектного управления;
- специфику и аспекты управленческого труда;
- принципы целеполагания и планирования;
- принципы подбора специалистов в команду;

- психологические основы эффективной деловой коммуникации с сотрудниками различных психологических типов.

Уметь:

- организовывать эффективную работу над проектными задачами;
- определять психологический тип сотрудника;
- формировать команду специалистов с учётом их психологических типов, создавать условия для эффективного взаимодействия сотрудников в командных ролях;
- влиять на окружающих, обеспечить их поддержку и участие, влиять на их решение, обучать и развивать подчиненных;
- формулировать цели для подчинённых, осуществлять контроль выполнения;
- проводить самоанализ и определять долгосрочные цели персонального развития.

Владеть:

- эффективного использования времени;
- целеполагания, планирования и организации работы команды;
- организации и проведения совещаний, деловых встреч, переговоров;
- передачи развивающей обратной связи;
- работы с контраргументами и сомнениями партнёра по общению;
- психогигиены и самомотивации.

3. Объем дисциплины (модуля).

3.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля).

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 з.е. (144 академических часа(ов)).

3.2. Объем дисциплины (модуля) в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на иных условиях, при проведении учебных занятий:

Тип учебных занятий	Количество часов	
	Всего	Семестр №3
Контактная работа при проведении учебных занятий (всего):	8	8
В том числе:		
Занятия семинарского типа	8	8

3.3. Объем дисциплины (модуля) в форме самостоятельной работы обучающихся, а также в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на иных условиях, при проведении промежуточной аттестации составляет 136 академических часа (ов).

3.4. При обучении по индивидуальному учебному плану, в том числе при ускоренном обучении, объем дисциплины (модуля) может быть реализован полностью в форме самостоятельной работы обучающихся, а также в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на иных условиях, при проведении промежуточной аттестации.

4. Содержание дисциплины (модуля).

4.1. Занятия лекционного типа.

Не предусмотрено учебным планом

4.2. Занятия семинарского типа.

Практические занятия

№ п/п	Тематика практических занятий/краткое содержание
1	Индивидуальная мотивация и управленческая эффективность. Технологии долгосрочного планирования Понятие и принципы персональной эффективности. Определение персональных мотиваторов. Карта мотиваторов. Специфика управленческого труда. Принципы планирования и целеполагания. Согласованность и экологичность индивидуальных целей как метод повышения управленческой эффективности. Проверка целей на экологичность. Составление «дерева целей». В результате выполнения практического задания студент учится определять персональные мотивы и ценности, составлять карту мотиваторов; учиться формулировать персональные цели и проверять их на экологичность.
2	Саморазвитие и управление персональными ресурсами. Персональные поведенческие сценарии, их влияние на эффективность управленца Аудит персональных ресурсов. Навыки управления персональными ресурсами личности. Составление маршрутной карты развития персональных навыков. Мотивы, ценности и поведенческие паттерны. Анализ поведенческих сценариев. Составление карты «Персональное сценарное поле». В результате выполнения практического задания студент: приобретает навык аудита персональных ресурсов и управления ими; получает навык самомотивации и самоподдержки; учится анализировать персональные поведенческие паттерны, определять их влияние на

№ п/п	Тематика практических занятий/краткое содержание
	достижение целей деятельности, конструировать адекватный сценарий профессионального развития с учётом индивидуальных особенностей и черт личности.
3	Планирование и организация управленческой деятельности. Формирование команды с учётом различных психологических типов работников Стили лидерства и руководства, форматы управленческого воздействия на сотрудников разных типов. Определение индивидуального управленческого стиля. Управленческие навыки, необходимые для управления изменениями. Определение психологического типа по типологии Келлермана-Плутчика. Выбор метода и формата управленческого воздействия с учётом индивидуальных особенностей членов команды. В результате выполнения практического задания студент изучает стили лидерства и руководства, учится определять предпочитаемый персональный стиль руководства; осваивает навык определения психологического типа партнёра по коммуникации и выбора наиболее подходящей командной роли для него.
4	Коммуникация с сотрудниками различных психотипов. Приёмы и техники психогигиены и самомотивации Коммуникативная компетентность. Эмоциональный интеллект. Таймменеджмент для людей разных психологических типов. Мотиваторы и демотиваторы для людей различных психологических типов. Ответственность управленца за собственное психо-эмоциональное благополучие. Техники преодоления управленческого стресса. Техники психогигиены и самомотивации. В результате выполнения практического задания студент осваивает навык управленческого влияния на людей различных психологических типов; получает навык самоподдержки и самомотивации под влиянием стресса.

4.3. Самостоятельная работа обучающихся.

№ п/п	Вид самостоятельной работы
1	Работа с опросниками, прохождение тестов
2	Подготовка к текущему контролю
3	Подготовка доклада
4	Подготовка к практическим занятиям
5	Работа с литературой
6	Самостоятельное изучение тем курса
7	Решение ситуационных задач
8	Подготовка к промежуточной аттестации.

5. Перечень изданий, которые рекомендуется использовать при освоении дисциплины (модуля).

№ п/п	Библиографическое описание	Место доступа
----------	----------------------------	---------------

1	Слинкова, О. К. Персональный менеджмент : учебник для вузов / О. К. Слинкова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 116 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16189-2.	https://urait.ru/bcode/567231 (дата обращения: 19.05.2025) — Текст : электронный.
2	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности : учебник и практикум для вузов / под общей редакцией С. Ю. Трапицына. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 362 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17962-0.	https://urait.ru/bcode/537022 (дата обращения: 19.05.2025) — Текст : электронный.
3	Базылевич, Т. Ф. Дифференциальная психофизиология и психология: ключевые идеи : монография / Т.Ф. Базылевич. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 340 с. — (Научная мысль). — DOI 10.12737/1648. - ISBN 978-5-16-010332-7.	https://znanium.com/catalog/product/1864236 (дата обращения: 19.05.2025) - Текст : электронный.
4	Слинкова, О. К. Самоменеджмент : учебник для среднего профессионального образования / О. К. Слинкова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 116 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16476-3.	https://urait.ru/bcode/568519 (дата обращения: 19.05.2025) — Текст : электронный.
5	Исаченко, И. И. Основы самоменеджмента : учебник / И. И. Исаченко. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 312 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-005304-2.	https://znanium.com/catalog/product/1893924 (дата обращения: 07.06.2024). – Текст : электронный.

6. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, которые могут использоваться при освоении дисциплины (модуля).

Официальный сайт РУТ (МИИТ) (<https://www.miit.ru/>).

Научно-техническая библиотека РУТ (МИИТ) (<http://library.miit.ru>).

Образовательная платформа «Юрайт» (<https://urait.ru/>).

Электронная библиотечная система znanium (<https://znanium.ru/>).

7. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, необходимого для освоения дисциплины (модуля).

Яндекс Браузер (или другой браузер).
Операционная система Microsoft Windows.
Microsoft Office.

8. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю).

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные компьютерной техникой и наборами демонстрационного оборудования.

9. Форма промежуточной аттестации:

Зачет в 3 семестре.

10. Оценочные материалы.

Оценочные материалы, применяемые при проведении промежуточной аттестации, разрабатываются в соответствии с локальным нормативным актом РУТ (МИИТ).

Авторы:

доцент кафедры «Экономика труда
и управление человеческими
ресурсами»

И.Ю. Подгурная

старший преподаватель кафедры
«Экономика труда и управление
человеческими ресурсами»

А.С. Матвеева

Согласовано:

Заведующий кафедрой ЭТиУЧР

И.А. Епишкин

Председатель учебно-методической
комиссии

М.В. Ишханян