

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»

Кафедра менеджмента качества и инноваций

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе -
первый проректор

_____ И.В. Зоря

подпись

« ____ » _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Основы интеллектуального труда и управление временем

20.03.01 «Техносферная безопасность»

(направленность (профиль): «Инженерная защита окружающей среды»)

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная форма

Срок обучения 4 года

Год начала подготовки 2020

Новокузнецк
2021

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

- формирование у обучающихся знаний о сущности, содержании и тенденциях развития интеллектуальной деятельности, а также овладение ими необходимыми и рациональными способами и приемами обучения в соответствии с особыми образовательными потребностями инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Задачами учебной дисциплины являются:

- изучение теоретических и практических аспектов интеллектуальной деятельности в соответствии с особыми образовательными потребностями инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- рассмотрение специфики учебного труда обучающихся на различных видах аудиторных занятий в соответствии с особыми образовательными потребностями инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- освоение конкретными приемами повышения эффективности познавательной деятельности в процессе обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- овладение приемами самоорганизации, позволяющими формировать такие компоненты обучения, как мотивацию, целеполагание, самоконтроль, рефлекссию, самооценку.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам (модулям) по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 20.03.01 «Техносферная безопасность».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

- Информационные технологии;
- Культура речи и деловое общение.

Учебная дисциплина дополняет знания, умения и навыки, получаемые по одновременно изучаемым и последующим дисциплинам:

- Основы планирования профессиональной деятельности;
- Практикум по социальной адаптации студентов с ограниченными возможностями здоровья;
- Организационная психология.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Универсальные компетенции

Наименование категории (группы) УК	Код и наименование УК	Код и наименование индикатора достижения УК	Планируемые результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психологических, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы	<p>– знать: основы методики самостоятельной работы; особенности интеллектуального труда обучающегося на различных видах аудиторных занятий.</p> <p>– уметь: рационально использовать время и физические силы в образовательном процессе с учетом ограничений здоровья; представлять результаты своего интеллектуального труда.</p> <p>– владеть: навыками планирования своего времени.</p>
		УК-6.2 Понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда	<p>– знать: способы самоорганизации учебной и будущей профессиональной деятельности.</p> <p>– уметь: применять приемы тайм-менеджмента в организации учебной работы.</p> <p>– владеть: знаниями и определенными навыками эффективного использования ра-</p>

		<p>УК-6.3 Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда</p>	<p>бочего времени.</p> <p>– знать: систему управления личным временем способы повышения эффективности; рекомендации по написанию учебно-исследовательских работ (доклад, тезисы, реферат, презентация и т.п.).</p> <p>– уметь: использовать приобретенные знания и умения в учебной и будущей профессиональной деятельности для эффективной организации самостоятельной работы; составлять план работы, тезисы доклада (выступления), конспекты лекций, первоисточников; выступать с докладом или презентацией перед аудиторией, вести дискуссию и аргументированно отстаивать собственную позицию.</p> <p>– владеть: навыками определения приоритетов деятельности и постановки адекватных целей; осознанным выбором способов и методов тайм-менеджмента.</p>
		<p>УК-6.4 Критически оценивает эффективность использования</p>	<p>– знать: методы и инструменты тайм-</p>

		<p>ния времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата</p>	<p>менеджмента, алгоритм планирования; различные способы восприятия и обработки учебной информации с учетом имеющихся ограничений здоровья.</p> <ul style="list-style-type: none"> – уметь: проводить аудит своего времени и анализировать причины дефицита времени. – владеть: методами анализа рабочего времени.
<p>Инклюзивная компетентность</p>	<p>УК-9: Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах</p>	<p>УК-9.1 Применяет базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной среде</p>	<ul style="list-style-type: none"> – знать: различные способы восприятия и обработки учебной информации. – уметь: применять различные способы восприятия и обработки учебной информации с учетом имеющихся ограничений здоровья. – владеть: навыками использования приобретенных знаний в организации учебной работы.
		<p>УК-9.2 Планирует и осуществляет профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<ul style="list-style-type: none"> – знать: основы эффективного использования рабочего времени при осуществлении профессиональной деятельности с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.

			<ul style="list-style-type: none"> – уметь: планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами. – владеть: навыками эффективного использования рабочего времени при осуществлении профессиональной деятельности с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.
		<p>УК-9.3 Взаимодействует в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<ul style="list-style-type: none"> – знать: различные способы восприятия и обработки учебной информации при взаимодействии с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами. – уметь: рационально использовать время в образовательном процессе, взаимодействуя с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами. – владеть: навыками рационального использования времени при организации интеллектуального труда с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.

4 Объем и содержание учебной дисциплины

Учебные занятия по учебной дисциплине проводятся в форме контактной работы и в форме самостоятельной работы обучающихся.

Контактная работа обучающихся с педагогическим работником включает в себя занятия лекционного типа (лекции), занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы), промежуточную аттестацию обучающихся и иную контактную работу, предусматривающую групповую или индивидуальную работу обучающихся с педагогическим работником. Контактная работа обучающихся с педагогическим работником может быть аудиторной, внеаудиторной, а также проводиться в электронной информационно-образовательной среде.

Объем учебной дисциплины

Семестр / курс		ИТОГО	4 семестр
Форма промежуточной аттестации			<i>зачет</i>
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	72	72
	<i>зачетных единиц</i>	2	2
Лекции, <i>академ. час.</i>		8	8
в форме практической подготовки		0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		8	8
в форме практической подготовки		0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		56	56
в форме практической подготовки		0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Основы интеллектуального труда;

Тема 1.1 Понятие интеллектуального труда и его особенности в отличие от физического труда (Понятие и сущность интеллектуального труда. Интеллектуальный труд как профессиональная деятельность, его роль в обществе. Основные виды умственного труда. Факторы, влияющие на результативность и эффективность умственного труда);

Тема 1.2 Формы организации учебного труда на аудиторных занятиях (Виды аудиторных занятий (лекции, семинары, практические и лабораторные работы). Особенности работы обучающихся на лекции: восприятие и формы представления информации, тренировка внимания, самоконтроль);

Тема 1.2.1 Технология конспектирования (Виды конспектов (свободный, плановый, текстуальный, смешанный, тематический, опорный, цитатный и др.) и правила их составления; техника конспектирования; методы и приёмы скоростного конспектирования);

Тема 1.2.2 Работа на семинарах (Техника устного ответа; различные формы представления информации – текста, схем, таблиц, рисунков, решение кейсов. Правила и ошибки аргументации и доказательства в ходе дискуссии; самопрезентация);

Тема 1.2.3 Организация работы обучающихся на практических и лабораторных занятиях (Функции лабораторных работ и практических занятий; фронтальные и групповые формы лабораторно-практических работ; этапы выполнения лабораторно-практических работ);

Тема 1.2.4 Особенности взаимодействия с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами (Организация обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных учреждениях. Правила взаимодействия с людьми с ОВЗ);

Тема 1.3 Самостоятельная работа как ведущая форма умственного труда (Функции, цели и задачи самостоятельной работы обучающихся. Формы самостоятельной работы обучающихся. Виды заданий самостоятельной работы обучающихся. Планирование самостоятельной работы обучающихся. Организация внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся. Контроль и управление самостоятельной работой обучающихся);

Тема 1.3.1 Доклад как форма самостоятельной работы обучающихся (Особенности работы над докладом; требования к содержанию и оформлению доклада; этапы подготовки; правила подготовки выступления к докладу);

Тема 1.3.2 Реферат как форма самостоятельной работы обучающихся (Реферат как жанр научной учебной работы; основные этапы выполнения реферата; требования к структуре, содержанию и оформлению реферата);

Тема 1.3.3 Компьютерная презентация как вид самостоятельной работы обучающихся (презентация как аудиовизуальный формат представления информации; этапы работы над компьютерной презентацией; требования к содержательной части компьютерной презентации; требования к технологической части подготовки слайдов; проведение и защита презентации);

Раздел 2 Повышение эффективности интеллектуально труда путем применения приемов управления временем;

Тема 2.1 Психологические особенности умственного труда обучающихся (Понятие работоспособности. Фазы работоспособности. Эмоциональный потенциал работоспособности. Признаки физиологического и психического утомления. Распорядок жизнедеятельности. Самоорганизация здоровья: физические нагрузки, питание, сон, закали-

вание и водно-питьевой режим, дыхание. Примерный вариант распределения суточного времени обучающихся);

Тема 2.2 Интенсификация учебной работы обучающихся и увеличение у них дефицита времени (Индивидуальный фонд времени и его структура. Истоки эффективного управления временем. План и расписание рабочего дня. Принятие решений о приоритетах);

Тема 2.3 Пути повышения эффективности и продуктивности умственной деятельности обучающихся (Понятие внимания. Свойства внимания и их тренировка. Понятие памяти. Виды памяти. Запоминание информации. Специальные приёмы, используемые при заучивании текста. Методы развития, стимулирования и тренировки памяти. Планирование и организация самостоятельного учебного труда обучающегося. Особенности учебного труда обучающегося при существующих формах его организации).

5 Перечень тем лекций

№ раздела / темы дисциплины	Темы лекций	Трудоемкость, академ. час	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1; Тема 1.1.	Понятие интеллектуального труда и его особенности в отличие от физического труда	1	
Раздел 1; Тема 1.2.	Формы организации учебного труда на аудиторных занятиях	2	
Раздел 1; Тема 1.3.	Самостоятельная работа как ведущая форма умственного труда	2	
Раздел 2; Тема 2.1.	Психофизиологические особенности умственного труда обучающихся	1	
Раздел 2; Тема 2.2.	Интенсификация учебной работы обучающихся и увеличение у них дефицита времени	1	
Раздел 2; Тема 2.3.	Пути повышения эффективности и продуктивности умственной деятельности обучающихся	1	
Итого:		8	0

6 Перечень тем практических занятий (семинаров)

№ раздела / темы дисциплины	Темы практических занятий (семинаров)	Трудоемкость, академ. час
-----------------------------	---------------------------------------	---------------------------

		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	Специфика учебной деятельности обучающихся на аудиторных занятиях (лекциях, семинарах, практических и лабораторных работах)	2	
Раздел 1.	Конспектирование текста разными методами и приёмами.	2	
Раздел 1.	Основные этапы подготовки реферата, доклада, презентации. Защита рефератов, выступление с докладом и презентацией.	2	
Раздел 2.	Приемы повышения эффективности и продуктивности интеллектуальной деятельности обучающихся путем применения приемов управления временем.	2	
Итого:		8	0

7 Перечень тем лабораторных работ

№ раздела / темы дисциплины	Темы лабораторных работ	Трудоемкость, академ. час	
		всего	в форме практической подготовки
	<i>Отсутствуют</i>		
Итого:		0	0

8 Перечень тем курсовых работ (проектов)

№ раздела / темы дисциплины	Темы курсовых работ (проектов)	Трудоемкость, академ. час	
		всего	в форме практической подготовки
	<i>Отсутствуют</i>		
Итого:		0	0

9 Виды самостоятельной работы

№ раздела / темы дисциплины	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, академ. час	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	1. Изучение лекционного ма-	34	

	териала; 2. Оформление отчета о практической работе; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Подготовка к текущему контролю; 5. Прохождение тестирования; 6. Составление конспекта лекций.		
Раздел 2.	1. Изучение лекционного материала; 2. Оформление отчета о практической работе; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Подготовка к текущему контролю; 5. Прохождение тестирования; 6. Составление конспекта лекций.	22	
Итого:		56	0

10 Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

а) литература:

1 Архангельский, Г. А. Тайм-менеджмент. Полный курс : учебное пособие / Г.А. Архангельский, М.А. Лукашенко, Т.В. Телегина, С.В. Бехтерев ; ред. Г.А. Архангельский. – Москва : Альпина Паблишер, 2016. – 311 с. – ISBN 978-5-9614-1881-1. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=269985> (дата обращения: 13.01.2021);

2 Байбородова, Л. В. Методология и методы научного исследования : учебное пособие для вузов / Л.В. Байбородова, А.П. Чернявская. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 221 с. – ISBN 978-5-534-06257-1. – URL: <https://urait.ru/bcode/452322> (дата обращения: 13.01.2021);

3 Дрозд, К. В. Актуальные вопросы педагогики и образования : учебник и практикум для вузов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 265 с. – ISBN 978-5-534-07346-1. – URL: <https://urait.ru/bcode/454110> (дата обращения: 13.01.2021);

4 Горелов, Н. А. Методология научных исследований : учебник и практикум для вузов / Н.А. Горелов, Д.В. Круглов, О.Н. Кораблева. – 2-е изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 365 с. – ISBN 978-5-534-

03635-0. – URL: <https://urait.ru/bcode/450489> (дата обращения: 13.01.2021);

5 Савина, Н. В. Тайм-менеджмент в образовании : учебное пособие для вузов / Н.В. Савина, Е.В. Лопанова. – Москва : Юрайт, 2020. – 162 с. – ISBN 978-5-534-12668-6. – URL: <https://urait.ru/bcode/447962> (дата обращения: 13.01.2021);

6 Современные образовательные технологии : учебное пособие для вузов / Е.Н. Ашанина, О.В. Васина, С.П. Ежов [и др.]. – 2-е изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 165 с. – ISBN 978-5-534-06194-9. – URL: <https://urait.ru/bcode/454163> (дата обращения: 13.01.2021);

7 Попова, С. Ю. Современные образовательные технологии. Кейс-стади : учебное пособие для вузов / С.Ю. Попова, Е.В. Пронина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 126 с. – ISBN 978-5-534-08773-4. – URL: <https://urait.ru/bcode/454028> (дата обращения: 13.01.2021).

б) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1 Консультант студента. Электронная библиотека технического ВУЗа : электронно-библиотечная система / ООО «Политехресурс». – Москва, [200 –]. – URL: <http://www.studentlibrary.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

2 ЛАНЬ : электронно-библиотечная система / ООО «ЭБС ЛАНЬ». – Санкт-Петербург, [200 –]. – URL: <http://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

3 НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU : база данных / ООО «НЭБ». – Москва, [200 –]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа: по подписке;

4 Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система / ООО «Директ-Медиа». – Москва, [200 –]. – URL: <http://www.biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

5 ЭБС ЮРАЙТ www.biblio-online.ru : электронно-библиотечная система / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, [200 –]. – URL: <http://www.biblio-online.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

6 Электронная библиотека // Научно-техническая библиотека СибГИУ : сайт. – Новокузнецк, [200 –]. – URL: <http://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

7 Электронный каталог : сайт / Научно-техническая библиотека СибГИУ. – Новокузнецк, [199 –]. – URL: <http://libr.sibsiu.ru>.

в) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- 7-Zip;
- Adobe Acrobat Reader;
- Kaspersky Endpoint Security;

- Microsoft Office 2007;
- Microsoft Office 2010;
- Microsoft Windows 7;
- WinRAR 3.6.

г) базы данных и информационно-справочные системы:

1 КонсультантПлюс : справочно-правовая система / ООО «Информационный центр АНВИК». – Новокузнецк, [199 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки Сиб. гос. индустр. ун-та.;

2 Система ГАРАНТ : электронный периодический справочник / ООО «Правовой центр «Гарант». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.;

3 Техэксперт : информационно-справочная система / ООО «Группа компаний «Кодекс». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.;

4 Электронный реферативный журнал (ЭлРЖ) : база данных / ВИНТИ РАН. – Москва, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки Сиб. гос. индустр. ун-та.

11 Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает учебные аудитории, оснащенные оборудованием, компьютерной техникой, и техническими средствами обучения, в том числе:

- учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, оборудованную учебной доской, экраном и мультимедийным проектором;
- учебную аудиторию для проведения занятий семинарского типа (практических занятий);
- учебную аудиторию (помещения) для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, научно-техническую библиотеку СибГИУ.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 20.03.01 «Техносферная безопасность».

Составитель(и):

доцент Пономарева Кира Валерьевна (кафедра менеджмента качества и инноваций).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры.

Приложение А

Аннотация рабочей программы дисциплины «Основы интеллектуального труда и управление временем»

по направлению подготовки (специальности)
20.03.01 «Техносферная безопасность»
(направленность (профиль): «Инженерная защита окружающей среды»)
форма обучения – Очная форма

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

- формирование у обучающихся знаний о сущности, содержании и тенденциях развития интеллектуальной деятельности, а также овладение ими необходимыми и рациональными способами и приемами обучения в соответствии с особыми образовательными потребностями инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Задачами учебной дисциплины являются:

- изучение теоретических и практических аспектов интеллектуальной деятельности в соответствии с особыми образовательными потребностями инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- рассмотрение специфики учебного труда обучающихся на различных видах аудиторных занятий в соответствии с особыми образовательными потребностями инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- освоение конкретными приемами повышения эффективности познавательной деятельности в процессе обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- овладение приемами самоорганизации, позволяющими формировать такие компоненты обучения, как мотивацию, целеполагание, самоконтроль, рефлекссию, самооценку.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам (модулям) по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 20.03.01 «Техносферная безопасность».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

- Информационные технологии;
- Культура речи и деловое общение.

Учебная дисциплина дополняет знания, умения и навыки, получаемые по одновременно изучаемым и последующим дисциплинам:

- Основы планирования профессиональной деятельности;
- Практикум по социальной адаптации студентов с ограниченными возможностями здоровья;
- Организационная психология.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Универсальные компетенции

Наименование категории (группы) УК	Код и наименование УК	Код и наименование индикатора достижения УК	Планируемые результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психологических, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы	<ul style="list-style-type: none"> – знать: основы методики самостоятельной работы; особенности интеллектуального труда обучающегося на различных видах аудиторных занятий. – уметь: рационально использовать время и физические силы в образовательном процессе с учетом ограничений здоровья; представлять результаты своего интеллектуального труда. – владеть: навыками планирования своего времени.
		УК-6.2 Понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспек-	<ul style="list-style-type: none"> – знать: способы самоорганизации учебной и будущей профессиональной деятельности. – уметь: применять приемы тайм-

		<p>тивы развития деятельности и требований рынка труда</p>	<p>менеджмента в организации учебной работы. – владеть: знаниями и определенными навыками эффективного использования рабочего времени.</p>
		<p>УК-6.3 Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда</p>	<p>– знать: систему управления личным временем способы повышения эффективности; рекомендации по написанию учебно-исследовательских работ (доклад, тезисы, реферат, презентация и т.п.). – уметь: использовать приобретенные знания и умения в учебной и будущей профессиональной деятельности для эффективной организации самостоятельной работы; составлять план работы, тезисы доклада (выступления), конспекты лекций, первоисточников; выступать с докладом или презентацией перед аудиторией, вести дискуссию и аргументированно отстаивать собственную позицию. – владеть: навыками определения приоритетов деятельности и постановки адекват-</p>

			ных целей; осознанным выбором способов и методов тайм-менеджмента.
		УК-6.4 Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата	<ul style="list-style-type: none"> – знать: методы и инструменты тайм-менеджмента, алгоритм планирования; различные способы восприятия и обработки учебной информации с учетом имеющихся ограничений здоровья. – уметь: проводить аудит своего времени и анализировать причины дефицита времени. – владеть: методами анализа рабочего времени.
Инклюзивная компетентность	УК-9: Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1 Применяет базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной среде	<ul style="list-style-type: none"> – знать: различные способы восприятия и обработки учебной информации. – уметь: применять различные способы восприятия и обработки учебной информации с учетом имеющихся ограничений здоровья. – владеть: навыками использования приобретенных знаний в организации учебной работы.
		УК-9.2 Планирует и осуществляет профессиональную деятельность с лицами с	– знать: основы эффективного использования рабочего времени

		<p>ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>при осуществлении профессиональной деятельности с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.</p> <p>– уметь: планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.</p> <p>– владеть: навыками эффективного использования рабочего времени при осуществлении профессиональной деятельности с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.</p>
		<p>УК-9.3 Взаимодействует в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами</p>	<p>– знать: различные способы восприятия и обработки учебной информации при взаимодействии с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.</p> <p>– уметь: рационально использовать время в образовательном процессе, взаимодействуя с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.</p> <p>– владеть: навыками рационального использова-</p>

			ния времени при организации интеллектуального труда с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.
--	--	--	---

4 Объем учебной дисциплины

Семестр / курс		ИТОГО	4 семестр
Форма промежуточной аттестации			зачет
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	72	72
	<i>зачетных единиц</i>	2	2
Лекции, <i>академ. час.</i>		8	8
в форме практической подготовки		0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		8	8
в форме практической подготовки		0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		56	56
в форме практической подготовки		0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0

5 Краткое содержание учебной дисциплины

В структуре учебной дисциплины выделяются следующие основные разделы (темы):

Раздел 1 Основы интеллектуального труда;

Тема 1.1 Понятие интеллектуального труда и его особенности в отличие от физического труда (Понятие и сущность интеллектуального труда. Интеллектуальный труд как профессиональная деятельность, его роль в обществе. Основные виды умственного труда. Факторы, влияющие на результативность и эффективность умственного труда);

Тема 1.2 Формы организации учебного труда на аудиторных занятиях (Виды аудиторных занятий (лекции, семинары, практические и лабораторные работы). Особенности работы обучающихся на лекции: восприятие и формы представления информации, тренировка внимания, самоконтроль);

Тема 1.2.1 Технология конспектирования (Виды конспектов (свободный, плановый, текстуальный, смешанный, тематический, опорный, цитатный и др.) и правила их составления; техника конспектирования; методы и приёмы скоростного конспектирования);

Тема 1.2.2 Работа на семинарах (Техника устного ответа; различные формы представления информации – текста, схем, таблиц, рисунков, решение кейсов. Правила и ошибки аргументации и доказательства в ходе дискуссии; самопрезентация);

Тема 1.2.3 Организация работы обучающихся на практических и лабораторных занятиях (Функции лабораторных работ и практических занятий; фронтальные и групповые формы лабораторно-практических работ; этапы выполнения лабораторно-практических работ);

Тема 1.2.4 Особенности взаимодействия с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами (Организация обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных учреждениях. Правила взаимодействия с людьми с ОВЗ);

Тема 1.3 Самостоятельная работа как ведущая форма умственного труда (Функции, цели и задачи самостоятельной работы обучающихся. Формы самостоятельной работы обучающихся. Виды заданий самостоятельной работы обучающихся. Планирование самостоятельной работы обучающихся. Организация внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся. Контроль и управление самостоятельной работой обучающихся);

Тема 1.3.1 Доклад как форма самостоятельной работы обучающихся (Особенности работы над докладом; требования к содержанию и оформлению доклада; этапы подготовки; правила подготовки выступления к докладу);

Тема 1.3.2 Реферат как форма самостоятельной работы обучающихся (Реферат как жанр научной учебной работы; основные этапы выполнения реферата; требования к структуре, содержанию и оформлению реферата);

Тема 1.3.3 Компьютерная презентация как вид самостоятельной работы обучающихся (презентация как аудиовизуальный формат представления информации; этапы работы над компьютерной презентацией; требования к содержательной части компьютерной презентации; требования к технологической части подготовки слайдов; проведение и защита презентации);

Раздел 2 Повышение эффективности интеллектуально труда путем применения приемов управления временем;

Тема 2.1 Психофизиологические особенности умственного труда обучающихся (Понятие работоспособности. Фазы работоспособности. Эмоциональный потенциал работоспособности. Признаки физиологического и психического утомления. Распорядок жизнедеятельности. Самоорганизация здоровья: физические нагрузки, питание, сон, закаливание и водно-питьевой режим, дыхание. Примерный вариант распределения суточного времени обучающихся);

Тема 2.2 Интенсификация учебной работы обучающихся и увеличение у них дефицита времени (Индивидуальный фонд времени и его

структура. Истоки эффективного управления временем. План и расписание рабочего дня. Принятие решений о приоритетах);

Тема 2.3 Пути повышения эффективности и продуктивности умственной деятельности обучающихся (Понятие внимания. Свойства внимания и их тренировка. Понятие памяти. Виды памяти. Запоминание информации. Специальные приёмы, используемые при заучивании текста. Методы развития, стимулирования и тренировки памяти. Планирование и организация самостоятельного учебного труда обучающегося. Особенности учебного труда обучающегося при существующих формах его организации).

6 Составитель(и):

доцент Пономарева Кира Валерьевна (кафедра менеджмента качества и инноваций).