

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гаранин Максим Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 06.05.2024 17:49:52  
Уникальный программный ключ:  
7708e3a47e66a8ee02711b298d7c78bd1e40bf88

МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ**

## Практикум по самоорганизации, саморазвитию и командной работе

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Направление подготовки Направление 38.03.02 Менеджмент

Направленность (профиль) Логистика

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Виды контроля в семестрах:

зачеты с оценкой 1

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>(<Курс>. <Семестр на<br>курсе>) | 1 (1.1) |       | Итого |       |
|--|---------|-------|-------|-------|
|  | уп      | рп    | уп    | рп    |
| Неделя                                     | 16 2/6  |       |       |       |
| Вид занятий                                | уп      | рп    | уп    | рп    |
| Практические                               | 48      | 48    | 48    | 48    |
| Конт. ч. на аттест. в период ЭС            | 0,25    | 0,25  | 0,25  | 0,25  |
| Итого ауд.                                 | 48      | 48    | 48    | 48    |
| Контактная работа                          | 48,25   | 48,25 | 48,25 | 48,25 |
| Сам. работа                                | 51      | 51    | 51    | 51    |
| Часы на контроль                           | 8,75    | 8,75  | 8,75  | 8,75  |
| Итого                                      | 108     | 108   | 108   | 108   |

Программу составил(и):

*к.э.н., доцент, Кузнецова О.А.*

Рабочая программа дисциплины

**Практикум по самоорганизации, саморазвитию и командной работе**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 38.03.02 Менеджмент (приказ Минобрнауки России от 12.08.2020 г. № 970)

составлена на основании учебного плана: 38.03.02-24-1-МЛб.plm.plx

Направление подготовки Направление 38.03.02 Менеджмент Направленность (профиль) Логистика

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Цифровые технологии**

Зав. кафедрой Ефимова Т.Б.

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

|     |  |
|-----|--|
| 1.1 | Формирование универсальных компетенций, направленных на развитие навыков командной работы (УК-3), и способности приоритизации собственной деятельности с использованием инструментов по дальнейшему ее совершенствованию в течение всей жизни (УК-6), согласно ФГОС ВО в части представленных ниже знаний, умений и навыков. |
|-----|--|

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

|                   |         |
|-------------------|---------|
| Цикл (раздел) ОП: | Б1.О.08 |
|-------------------|---------|

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

|        |  |
|--------|--|
| УК-3   | Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде  |
| УК-3.1 | Организует и координирует работу команды с учетом интересов, особенностей поведения и мнения её членов   |
| УК-3.2 | Вырабатывает командную стратегию для достижения поставленной цели  |
| УК-6   | Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни      |
| УК-6.1 | Определяет цели и задачи саморазвития и профессионального роста на основе оценки временных и личностных ресурсов                                 |
| УК-6.2 | Использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации траектории саморазвития |

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

|                     |   |
|---------------------|---|
| <b>3.1 Знать:</b>   |   |
| 3.1.1               | - технологии работы и ролевое распределение в команде   |
| 3.1.2               | - инструментарий, позволяющий вырабатывать командную стратегию  |
| 3.1.3               | - цели и задачи общекультурного и профессионального саморазвития, методологию, технологии и современные инструменты развития собственной личности, базовые принципы и приемы критического мышления; |
| 3.1.4               | - способы саморазвития и технологии самообразования, исходя из целей совершенствования профессиональной деятельности;   |
| <b>3.2 Уметь:</b>   |   |
| 3.2.1               | - организовывать и руководить работой команды   |
| 3.2.2               | - разрабатывать стратегию сотрудничества и на ее основе организовывать отбор членов команды для достижения поставленной цели  |
| 3.2.3               | - устанавливать приоритеты при выборе инструментов непрерывного образования с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы осуществления деятельности;                  |
| 3.2.4               | - применять техники обучения для саморазвития и профессионального роста;  |
| <b>3.3 Владеть:</b> |   |
| 3.3.1               | - способами организации и руководства работой команды   |
| 3.3.2               | - способами вырабатывая командной стратегии для достижения поставленной цели  |
| 3.3.3               | - навыками саморазвития и инструментами непрерывного образования, рефлексии своих действий  |
| 3.3.4               | - навыками использования инструментов саморазвития при построении траектории личностного роста  |

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/  | Семестр / Курс | Часов | Примечание |
|-------------|--|----------------|-------|------------|
|             | <b>Раздел 1. Введение в саморазвитие через понятие обучения</b>  |                |       |            |
| 1.1         | Развитие личности через обучение: формальные и истинные цели обучения, правила формирования полезной привычки, использование Habit TRACKER для повышения эффективности развития личности /Пр/  | 1              | 4     |            |
| 1.2         | «Карта Soft Skills». Выстраиваем план обучения /Ср/  | 1              | 2     |            |
| 1.3         | Прокрастинация и мотивация: лень и прокрастинация – причины и последствия, мотивация и ее виды, теория самодетерминации. Использование графических редакторов для визуализации оформления теоретических материалов: правила и инструменты /Пр/ | 1              | 2     |            |

|  |  |   |      |  |
|--|--|---|------|--|
| 1.4  | Взаимодействие со временем: понятие тайм-менеджмента, Временной круг: структура и понимание. Основные задачи и приемы хронометража, самоирония и ее важность в саморазвитии, сон и его фазы. Расчет эффективности использования времени (коэффициента полезного действия) /Пр/ | 1 | 4    |  |
| 1.5  | Найди время: сферы жизни человека, приемы определения целей, ценности и миссия. /Пр/   | 1 | 2    |  |
|  | <b>Раздел 2. Инструменты и приемы тайм-менеджмента в самоорганизационной деятельности</b>  |   |      |  |
| 2.1  | Управляй временем: суть тайм-блокинга, инструменты целеполагания и расстановки приоритетов. Пирамида Франклина, система SMART, АБВГД, Матрица Эйзенхауэра, Закон Паретто, система Автофокус. /Пр/  | 1 | 4    |  |
| 2.2  | Инструменты планирования: «to-do list», горизонт планирования, диаграмма Ганта, Интеллект-карты, принципы и цифровые инструменты их составления /Пр/   | 1 | 2    |  |
| 2.3  | Инструменты организации работы: Доски Scrum и Kanban, Лягушки и слоны, Метод 4D, Помадоро, Окно Джохари. /Пр/  | 1 | 2    |  |
|  | <b>Раздел 3. Работа с информацией как основа саморазвития студента</b>   |   |      |  |
| 3.1  | Определение целей. Поиск источников. Ознакомление и фильтрация. Фактчекинг: распознавание достоверной информации. Поиск первоисточников с использованием данных электронно-библиотечной системы СамГУПС /Пр/   | 1 | 2    |  |
| 3.2  | Анализ и понимание: скорость чтения, внимание, понимание, запоминание. Таблицы Шульте, тест «Корректирующая проба», тест переплетенных линий Рэя /Пр/  | 1 | 4    |  |
| 3.3  | Использование и хранение информации: концепция DIKW, виды и методы конспектирования, развитие носителей информации, концепция LATCH, метод PARA, принцип Цеттелькастен. /Пр/   | 1 | 4    |  |
|  | <b>Раздел 4. Командная работа</b>  |   |      |  |
| 4.1  | Основные понятия управления командой: Процессы управления человеческими ресурсами в команде. Организационные структуры команд. /Пр/  | 1 | 4    |  |
| 4.2  | Цели организации. Цели команды: миссия, цели, задачи организации. Цели и задачи команды. Природа планирования, распределение ресурсов. Исследование внутренней и внешней среды. Стратегические инициативы. /Пр/  | 1 | 4    |  |
| 4.3  | Развитие команды: Критерии отбора в команду. Ролевая модель по Белбину. Развитие команды: модель Брюса Такмана. Командная работа по формированию команды с использованием информации социальных сетей (Одноклассники, ВКонтакте) /Пр/  | 1 | 4    |  |
| 4.4  | Знакомство с функционалом платформы YouGile, Yandex Tracker /Ср/   | 1 | 1    |  |
| 4.5  | Управление коммуникациями: Основные понятия, обзор процессов управления коммуникациями. Базовые модели коммуникаций. Классификации коммуникаций. Коммуникационные технологии: типы и критерии выбора. Основные проблемы коммуникации, пути решения и возможные выходы. /Пр/    | 1 | 4    |  |
| 4.6  | Управление конфликтами в команде: Стратегии реагирования и выхода из конфликта /Пр/  | 1 | 2    |  |
| 4.7  | Подготовка к практическим занятиям /Ср/  | 1 | 48   |  |
| 4.8  | Зачет с оценкой (конт. ч. на аттест. в период ЭС) /КЭ/   | 1 | 0,25 |  |
| <b>5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ</b>  |  |   |      |  |
| <p>Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении к рабочей программе дисциплины.</p> <p>Формы и виды текущего контроля по дисциплине (модулю), виды заданий, критерии их оценивания, распределение баллов по видам текущего контроля разрабатываются преподавателем дисциплины с учетом ее специфики и доводятся до сведения обучающихся на первом учебном занятии.</p> <p>Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем дисциплины (модуля), как правило, с использованием ЭИОС или путем проверки письменных работ, предусмотренных рабочими программами дисциплин в рамках контактной работы и самостоятельной работы обучающихся. Для фиксации результатов текущего контроля может использоваться ЭИОС.</p> |  |   |      |  |

| <b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>  |  |  |                       |   |
|---|--|--|-----------------------|---|
| <b>6.1. Рекомендуемая литература</b>  |  |  |                       |   |
| <b>6.1.1. Основная литература</b>   |  |  |                       |   |
|   | Авторы, составители  | Заглавие   | Издательство, год     | Эл. адрес   |
| Л1.1  | Маралов В. Г., Низовских Н. А., Щукина М. А.   | Психология саморазвития: учебник и практикум для вузов                                 | Москва: Юрайт, 2022   | <a href="https://urait.ru/bcode/491953">https://urait.ru/bcode/491953</a> |
| Л1.2  | Карякин А. М., Великороссов В. Н.  | Основы командной работы: учебное пособие   | Москва: Русайнс, 2021 | <a href="https://book.ru/books/938372">https://book.ru/books/938372</a>   |
| <b>6.1.2. Дополнительная литература</b>   |  |  |                       |   |
|   | Авторы, составители  | Заглавие   | Издательство, год     | Эл. адрес   |
| Л2.1  | Артюхова Т. Ю., Козырева О. А.   | Психология и педагогика саморазвития студентов высшей школы: учебное пособие для вузов | Москва: Юрайт, 2022   | <a href="https://urait.ru/bcode/497108">https://urait.ru/bcode/497108</a> |
| Л2.2  | Ашурбеков Р. А., Белова О. Л., Гурова Е. В.  | Командная работа и лидерство: учебное пособие  | Москва: Русайнс, 2022 | <a href="https://book.ru/books/944033">https://book.ru/books/944033</a>   |
| <b>6.2 Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)</b> |  |  |                       |   |
| <b>6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения</b>                             |  |  |                       |   |
| 6.2.1.1   | Microsoft Windows  |  |                       |   |
| 6.2.1.2   | Python   |  |                       |   |
| 6.2.1.3   | Яндекс 360   |  |                       |   |
| <b>6.2.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем</b>                                  |  |  |                       |   |
| 6.2.2.1   | База данных «Библиотека управления» - Корпоративный Менеджмент - <a href="https://www.cfin.ru/rubricator.shtml">https://www.cfin.ru/rubricator.shtml</a>   |  |                       |   |
| 6.2.2.2   | Федеральный образовательный портал «Экономика Социология Менеджмент» - <a href="http://ecsocman.hse.ru">http://ecsocman.hse.ru</a>   |  |                       |   |
| 6.2.2.3   | База профессиональных данных «Мир психологии» - <a href="http://psychology.net.ru/">http://psychology.net.ru/</a>  |  |                       |   |
| 6.2.2.4   | Консультант плюс - <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>   |  |                       |   |
| 6.2.2.5   | Гарант - <a href="https://www.garant.ru">https://www.garant.ru</a>   |  |                       |   |
| <b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>   |  |  |                       |   |
| 7.1   | Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийное оборудование и/или звукоусиливающее оборудование (стационарное или переносное) |  |                       |   |
| 7.2   | Помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.   |  |                       |   |
| 7.3   | Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования  |  |                       |   |