

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Кандрашина Елена Александровна  
 Должность: Врио ректора ФГАОУ ВО «Самарский государственный экономический университет»  
 Дата подписания: 24.01.2024 12:07:10  
 Уникальный программный ключ:  
 b2fd765521f4c570b8c6e8e502a10b4f1de8ae0d

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
 дополнительной профессиональной  
 программы повышения квалификации  
 «Деловая психология»

№	Наименование тем	Трудо- емкость (час.)	Количество часов, ч.			Форма контроля
			Всего	лекц ии	практи- ческие занятия	
1.	Тема 1. Основы успешного управления временем. Цели и механизмы управления временем. Факторы потери времени. Ресурсы в управлении временем	3	1	1	2	-
2.	Тема 2. Планирование. Формулирование целей. Определение приоритетов. Составление планов дня с помощью метода Альпы.	3	3	1	2	
3.	Тема 3. Анализ личного тайм-менеджмента. Ресурсы. Хронометраж. Принцип Парето. ABC-анализ. Контроль процесса и результатов. Самоконтроль.	3	3	1	2	-
4.	Тема 4. Постановка задач (по запросу). Критерии хорошо сформулированной цели. Алгоритм эффективной постановки задачи сотруднику.	3,5	3,5	1	2,5	-
5.	Тема 5. Личностный компонент в системе непрерывного профессионального образования	3	3	1	2	
6.	Итоговая аттестация (зачет в форме тестирования)	0,5	0,5		0,5	Зачет
<b>Итого:</b>		16	16	5	11	-