

Аннотация к дисциплине «Управление временем»

Целью освоения учебной дисциплины «Управление временем» является формирование у обучающихся умения управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Задачи, решаемые в процессе преподавания учебной дисциплины:

- рассмотрение современных концепций тайм-менеджмента;
- освоение методик целеполагания, планирования и приоритезации;
- овладение техникой управления личной эффективностью;
- освоение алгоритма делегирования задач;
- изучение процесса разработки и внедрения корпоративного тайм-менеджмента;
- овладение техниками управления чужим временем;
- изучение методов управления стрессом.