МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«КУЗБАССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Т.Ф. ГОРБАЧЕВА»

ФИЛИАЛ КузГТУ в г. НОВОКУЗНЕЦКЕ

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

программы повышения квалификации

**Тайм-менеджмент**

**Цель:** формирование и развитие навыков эффективного планирования, эффективного использования рабочего времени и контроля за ним, а также навыков самоорганизации и самомотивации

**Категория слушателей:** лица с высшим и средним профессиональным образованием

**Форма обучения:** очно-заочная, с частичным отрывом от работы

**Срок обучения:** 2 недели

**Режим занятий:** 4 академических часа в день

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование дисциплин** | **Всего часов** | **лек-**  **ции** | **практи-ческие занятия** | **Самостоя-**  **тельная работа** | **Форма контроля** |
| 1. | Технология управления временем | 6 | 4 | 0 | 2 | тестирование |
| 2. | Планирование, выделение приоритетов | 32 | 8 | 8 | 16 | тестирование |
| 3. | Формирование навыков достижения целей | 32 | 8 | 8 | 16 | тестирование |
| 4. | Итоговое тестирование | 2 | 0 | 0 | 2 | зачет |
| **Итого:** | | **72** | **20** | **16** | **36** |  |