

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 27.09.2025 19:00:34  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc28d1b1b55f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:

Руководитель ООП

С.Н. Добросмыслова



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ

Направление подготовки

39.03.02 Социальная работа

Профиль подготовки

СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА С РАЗЛИЧНЫМИ ГРУППАМИ НАСЕЛЕНИЯ

Для студентов 4 курса очной формы обучения

Составитель:

Макеева Н.Ю., к.пс.н., доцент

Тверь, 2021

## **I. Аннотация**

### **1. Цель и задачи дисциплины**

*Целью* освоения дисциплины является: повышение уровня эффективного управления временем студентов, обучающихся по направлению «Социальная работа», которые интенсивно взаимодействуют с различными группами населения в решении профессиональных задач.

*Задачами* освоения дисциплины являются:

1. Формирование навыка рационального оценивания времени и его распределение в режиме труда и отдыха.
2. Формирование навыков планирования в соответствии с располагаемым временем.
3. Формирование умения расставлять приоритеты между процессами с учетом требуемого ими времени.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Тайм-менеджмент» относится к обязательной части учебного плана. Она имеет логическую и содержательно-методическую взаимосвязь с другими дисциплинами учебного плана, в том числе: «Психология», «Профилактика эмоционального выгорания», «Менеджмент в социальной работе», «Тренинг личностного роста», «Прогнозирование и моделирование в социальной работе».

Требования к «входным» знаниям и умениям обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

- уметь составлять план своих действий;
- формулировать цель и задачи предстоящей деятельности;
- корректировать действия в ходе реализации поставленных задач в зависимости от фактических условий.

Дисциплина «Тайм-менеджмент» необходима как предшествующая для освоения «Менеджмент в социальной работе», «Тренинг личностного роста», «Прогнозирование и моделирование в социальной работе».

**3. Объем дисциплины:** 3 зачетных единицы, 108 академических часа, в том числе:

**контактная аудиторная работа:** практические занятия 34 часов;  
**самостоятельная работа:** 74 часа.

**4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей
УК-9 Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	УК-9.3 Использует финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом) УК-9.4 Применяет методы личного экономического и финансового планирования для достижения поставленных целей УК-9.5 Контролирует собственные экономические и финансовые риски

**5. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения** – зачет в 7 семестре.

**6. Язык преподавания** русский.