

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Андрей Драгомирович Хлутков  
Должность: директор  
Дата подписания: 25.06.2023 19:15:17  
Уникальный программный ключ:  
880f7c07c583b07b775f6604a630281b19ca7b2

Приложение 6

**Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

**Северо-Западный институт управления - филиал РАНХиГС**

---

Кафедра управления в сфере туризма и гостиничного бизнеса

УТВЕРЖДЕНО

Директор СЗИУ РАНХиГС  
Хлутков А.Д.

**ПРОГРАММА МАГИСТРАТУРЫ**

«Индустрия делового и событийного туризма»  
*(наименование образовательной программы)*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ,  
реализуемой без применения электронного (онлайн) курса**

Б1.В.05 Технология персональной эффективности /  
Technology of personal effectiveness  
*((код и наименование РПД))*

43.04.02 Туризм  
*(код, наименование направления подготовки)*

Очная/заочная  
*(формы обучения)*

Год набора – 2023

Санкт-Петербург, 2023 г.

**Автор-составитель:**

Преподаватель кафедры управления в сфере туризма и гостиничного дела Яковлев А.Р.

**Заведующая кафедрой управления в сфере туризма и гостиничного бизнеса:**

доктор экономических наук, профессор Морозова Марина Александровна

**РПД Б1.В.05 «Технология персональной эффективности / Technology of personal effectiveness»** одобрена на заседании кафедры управления в сфере туризма и гостиничного бизнеса.

В новой редакции Протокол от «16» февраля 2023 г. №6.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....	4
2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы .....	4
3. Содержание и структура дисциплины .....	6
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся .....	7
5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине .....	9
6. Методические материалы по освоению дисциплины .....	13
7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет .....	16
7.1. Основная литература .....	16
7.2. Дополнительная литература .....	16
7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация .....	17
7.4. Интернет-ресурсы .....	17
7.5. Иные источники .....	18
8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы .....	18

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

1.1. Дисциплина Б1.В.05 «Технология персональной эффективности / Technology of personal effectiveness» обеспечивает овладение следующими компетенциями с учётом этапа:

Код компетенции	Наименование компетенции	Код компонента компетенции	Наименование компонента компетенции
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.2	Способен определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки.

1.2. В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

Код компонента компетенции	Результаты обучения
УК-6.2	<b>на уровне знаний:</b> сущность и ориентиры персональной эффективности личности; ресурсы персональной эффективности и самореализации личности; сущность и пути персональной эффективности; сущность и факторы профессиональной ориентации и профессионального самоопределения личности.
	<b>на уровне умений:</b> применять способы оценки ресурсов личности; применять способы планирования персональной эффективности личности; разрабатывать программу персональной эффективности личности; разрабатывать программу персональной эффективности личности.
	<b>на уровне навыков:</b> методами персональной эффективности; приемами самореализации и использования творческого потенциала; приемами консультирования по вопросам оптимизации персональной самоэффективности; способами определения проблем и перспектив профессиональной ориентации и профессионального самоопределения.

## 2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

### Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 академ. часов / 108 астр. часов.

Вид работы	Трудоемкость (в академ. часах) Очная/заочная
<b>Общая трудоемкость</b>	144/144
<b>Контактная работа</b>	58/18
Лекции	20/8
Практические занятия	36/8
Лабораторные занятия	-
Консультации	2/2

<b>Самостоятельная работа</b>	50/117
Контроль	36/9
Формы текущего контроля	ПО – письменный опрос, ПЗ – практическое задание
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	<b>Экзамен</b>

### **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина Б1.В.05 «Технология персональной эффективности / Technology of personal effectiveness» относится к вариативной части профессионального цикла учебного плана направления 43.04.02 «Туризм» профиль «Индустрия делового и событийного туризма».

Целью дисциплины Б1.В.05 «Технология персональной эффективности / Technology of personal effectiveness» является формирование представлений о технологии персональной эффективности, умений и развитие навыков применения технологии персональной эффективности.

Изучению данной учебной дисциплины по предшествует освоение следующих учебных дисциплин: «Деловой иностранный язык», «Методология и организация научно-прикладных исследований в сфере туризма», «Организация и управление бизнес-процессами в деловом и событийном туризме», «Маркетинг делового и событийного туризма» и др.

Результаты освоения дисциплины «Технология персональной эффективности» являются базой для прохождения обучающимися производственной практики: организационно-управленческой и преддипломной практики.

Дисциплина может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ).

Доступ к системе дистанционных образовательных технологий осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: <https://sziude.ranepa.ru/>. Пароль и логин к личному кабинету / профилю предоставляется студенту в деканате.

Все формы текущего контроля, проводимые в системе дистанционного обучения, оцениваются в системе дистанционного обучения. Доступ к видео и материалам лекций предоставляется в течение всего семестра. Доступ к каждому виду работ и количество попыток на выполнение задания предоставляется на ограниченное время согласно регламенту дисциплины, опубликованному в СДО. Преподаватель оценивает выполненные обучающимся работы не позднее 10 рабочих дней после окончания срока выполнения.

Изучение дисциплины осуществляется в течение одного семестра: для студентов очной формы обучения – на 3 семестре 2 курса, для студентов заочной формы обучения- в течение 2 курса.

### 3. Содержание и структура дисциплины

#### 3.1. Структура дисциплины

##### Очная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости**, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л/ДОТ	ЛР/ДОТ	ПЗ/ДОТ	КСР*		
Topic 1	Personal development as a subject of life	26	5		9		12	ПО, ПЗ
Topic 2	Resources of personal effectiveness of the individual	26	5		9		12	ПО, ПЗ
Topic 3	Technology for developing a personal effectiveness program	27	5		9		13	ПО, ПЗ
Topic 4	Professional activity as the most important factor in personal development	27	5		9		13	ПО, ПЗ
Промежуточная аттестация		36/27	Консультации – 2/1,5					Экзамен
<b>Всего (акад/астр):</b>		<b>144/108</b>	<b>20/15</b>		<b>36/27</b>	<b>2</b>	<b>50/37,5</b>	

Примечание: КСР\* не входит в объем дисциплины;

\*\* ПО – письменный опрос, ПЗ – практическое задание.

##### Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование тем и/или разделов	Объем дисциплины (модуля), час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости**, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л/ДОТ	ЛР/ДОТ	ПЗ/ДОТ	КСР*		
Topic 1	Personal development as a subject of life	33	2		2		30	ПО, ПЗ
Topic 2	Resources of personal effectiveness of the individual	33	2		2		30	ПО, ПЗ
Topic 3	Technology for developing a personal effectiveness program	33	2		2		30	ПО, ПЗ
Topic 4	Professional activity as the most important factor in personal development	34	2		2		30	ПО, ПЗ
Промежуточная аттестация		9/6,75	Консультации – 2/1,5					Экзамен
<b>Всего (акад/астр):</b>		<b>144</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	<b>2</b>	<b>117</b>	

#### 3.2. Содержание дисциплины

##### Topic 1. Personal development as a subject of life

The life path of the individual. Vital landmarks of the personality: picture of the world, ideas about one's own personality, an ideal image of the desired future Dream as

the basis of the vital choice of the individual. Personal choice as a key factor in the formation of individuality. Conditions for harmonization of the processes of personality development as a subject of life activity. Patterns of achieving success in life and personal well-being.

### **Topic 2. Resources for personal effectiveness of the individual**

Determining the conditions for achieving vital goals. Qualities of a person as a subject of life activity. Virtues and dignity of the individual. SWOT analysis

### **Topic 3. Technology for developing a personal effectiveness program**

Universal competencies. Assessment of personal competencies as the main resource personality to build and implement life plans. Determination of directions of personal effectiveness of the individual. Building a plan for the personal effectiveness of the individual as the main component of the resource support for moving towards your dream and success in life.

### **Topic 4. Professional activity as the most important factor in personal development**

Professional activity as the most important factor in the development of personality. Professional success and career advancement. The ratio of personality development as the subject of professional activity and career growth at various stages of life.

## **4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся**

### **4.1. В ходе реализации дисциплины Б1.В.05 «Технология персональной эффективности / *Technology of personal effectiveness*» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:**

При проведении занятий лекционного типа: лекционный метод (лекция-беседа), устный опрос.

при проведении занятий семинарского типа: письменные краткие опросы в ходе аудиторных занятий на знание категорий учебной дисциплины; задания и упражнения, рекомендованные для проведения семинарского типа и самостоятельной работы.

при контроле результатов самостоятельной работы студентов: самостоятельное изучение литературы; домашние задания, которые включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

*В случае реализации дисциплины в ДОТ формат заданий адаптирован для платформы Moodle.*

### **4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся**

#### **Типовые оценочные материалы по темам 1-4**

#### **Примерные вопросы для письменного опроса и практические задания**

*1. Изложите теоретические основы по данной теме (дайте определения, перечислите и назовите) и обоснуйте (аргументируйте и продемонстрируйте) свое отношение к данной теме (на конкретном примере).*

*2. Ознакомьтесь с содержанием теории по теме задания. Выполните задания (решите предложенные задачи). Обратите внимание на пояснения и указания к выполнению работы (если они имеются). Запишите ответ в соответствии с установленной формой.*

### **Tasks for repetition and deepening of acquired knowledge**

1. Expand the essence and guidelines of the personal effectiveness of the individual
2. What are the features of the guidelines for the personal effectiveness of the individual
3. Open the resources of self-realization of the individual
4. Uncover the resources of personal effectiveness of the individual
5. What is the essence of personal effectiveness?
6. Unlock the path to personal effectiveness
7. What is the essence of professional orientation and professional self-determination of a person
8. Determine the factors of professional orientation and professional self-determination of the individual

### **Tasks aimed at the formation of professional skills**

9. Plot the key personality traits that are important to achieving your goal. Indicate on the diagram the current level of required qualities and the desired level.
10. Demonstrate how to assess the resources of the individual
11. Develop a milestone plan in the form of a critical path network diagram.
12. Discuss self-development plans with classmates. Make adjustments based on the results of the discussion
13. Create a personal effectiveness program for one of the qualities you need to achieve your dreams.
14. Carry out an analysis and discussion of the program of personal effectiveness of the individual with classmates. Make adjustments based on the results of the discussion
15. Make a list of obstacles and obstacles on the way to the intended goal.
16. Which of the listed interferences listed in the previous task is the most difficult to neutralize? Why?

### **Tasks aimed at the formation of professional skills**

17. Perform a SWOT analysis of your strengths and weaknesses in order to realize your most important project - the realization of your life plans.
18. Imagine that the moment has come when you manage to realize your goals as planned, you successfully completed the personal effectiveness program, effectively resist obstacles and overcome obstacles. Write a description of this ideal personality of yours and in the form of an essay (200-250 words) and answer the following questions: What will I usually feel, what emotional mood will prevail in me? How will I look, how will I be perceived by others, what impression will I make on them? How will I most often behave, what manner of communication and work will be typical for me if my dream is achieved?  
Being in the image of the ideal "I" what would you like to say to your current self, what to advise?
19. Personal characteristics of a person can be key to the realization of his plans. Assess the severity of your qualities included in the VIA-classifier of personality strengths.
20. Considering the logical relationship of your main goals with your dream, build a holistic picture of your own strategic guidelines in the form of a tree of vital goals
21. Based on the constructed tree of vital goals, give the description of your dream the form of a vision (visualized image) and affirmation (inspiring verbal formulation). The form of the assignment is your creativity - from inspiring and touching essays to presentations, from slogans to songs, from drawings to video clips! What inspires you in your vision and your affirmation? Justify your answer (500 characters with spaces).
22. Formulate the main goals that would bring you closer to your dream. Refine your description of a vital goal using all items on the SMART test. Prove that what you have formulated is specific, measurable, achievable, beneficial to you and has a certain time frame. When evaluating the



answer, semantic integrity, speech coherence, reasoning, consistency of presentation, literacy, accuracy will be taken into account.

23. Describe your dream in the form of an essay of 100 to 250 words. When evaluating an essay, semantic integrity, speech coherence, argumentation, consistency of presentation, literacy, accuracy and expressiveness will be taken into account.

24. What is a career advancement? How does it relate to professional development? What are the conditions for career advancement?

## 5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

**5.1. Экзамен проводится с применением следующих методов (средств):** в рамках сдачи экзамена предусматривается устный ответ студентом по билетам и решение ситуационной задачи.

*В случае проведения промежуточной аттестации в дистанционном режиме используется платформа Moodle и Teams.*

## 5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Компонент компетенции	Промежуточный/ключевой индикатор оценивания	Критерий оценивания
УК-6.2 Способен определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки.	Определяет приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки.	Чётко сформулированы свои потенциальные возможности и составлен план их максимальной реализации в рамках своей профессиональной деятельности. Обладает достаточной мотивацией к формированию эффективной траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни. Достиг поставленных результатов в соответствии с принятой программой.

### Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

#### Перечень вопросов к экзамену

*Изложите теоретические основы по данной теме (дайте определения, перечислите и назовите) и обоснуйте (аргументируйте и продемонстрируйте) свое отношение к данной теме (на конкретном примере):*

1. How does modern science explain the importance of a person's awareness of their own priorities? How does the presence of a clear formulation of one's own dream contribute to an increase in the psychological stability of a person?

2. How does the attitude of a person to take responsibility for his own destiny, for providing with concrete actions the opportunity to realize his plans affects the effectiveness of life activity?

3. What rules should effective formulations of vital goals follow? How is the goal tree built?

4. Why are personal qualities among the most important resources when drawing up a life plan? What is personal competence? How are they formed and on what basis are they evaluated?

5. Under what conditions does the analysis of possible obstacles on the way to the intended goals acquire a constructive character? What types of reactions are there to sudden difficulties in realizing vital intentions, and what response options provide the best opportunities for a person to successfully fulfill his intentions?

6. What personal qualities, according to the results of studying the nature of personal well-being, contribute to life success and why?

7. How is the known experience of solving similar problems taken into account when preparing a plan for the implementation of vital ideas? What are the ways to increase the realism of the planned plans, requiring the performer to change the usual way of life?

8. What new formations in the sphere of self-awareness contribute to the realization of vital intentions?

9. How do reference persons influence the desire to follow their life plans? How does the influence of such individuals affect the very content of our models of an ideal future?

10. What are the approaches to the analysis of conflict situations generated by our attempts to realize life plans?

What should be taken into account when preparing to agree on various positions with those who influence the success in realizing our ideas?

11. What areas of life must be taken into account when ensuring the harmonious development of the individual and why?

12. What underlies the construction of a reference model of an ideal day aimed at the most effective implementation of life plans.

13. What components of volitional regulation can be used by a person to ensure sustainable progress towards his dream?

14. What is a career advancement? How does it relate to professional development?

15. What personal tasks usually arise at various stages of a person's professional activity? How should the age specificity and individual characteristics of a person be taken into account when drawing up a professional development plan?

16. What are the approaches to the typological description of a professional career?

How can they be used when choosing an individual trajectory of professional development?

17. As a result of passing through what stages of making and implementing one's decisions, does a person develop a perception of himself as a full-fledged subject of his own life?

18. How in the practice of implementing one's own plans can one use knowledge of the features of a person's regulation of his activity at the level of meanings and activities, at the level of specific goals and actions, at the level of psychophysiological functions and operations?

19. How can you use the affirmation technique to increase the productivity of your own life?

20. What "tools of the will" can be used to increase one's purposefulness, to strengthen the readiness to achieve the planned ideas?

21. What are the most important results in terms of achieving your own dreams does the study provide for your chosen field of study?

22. How is the chosen profession related to your dream? What opportunities for personal effectiveness does this profession provide? By what signs can you judge the favorable impact of professional development on your personality as a whole?

23. What is the role of a mentor in professional development and personal development? Who exactly could be a real mentor for you? What exactly would you like to gain from interacting with your mentor? What should be done for this?

24. How would you describe the most important achievements that represent your dream? How do they relate to your work and personal life? Can we say that such achievements will testify to the harmonious development of your personality? Will you be happy as a result?

25. What exactly and in what timeframe are you going to do while studying at the university to achieve your dream? What professionally significant qualities are you going to develop in the first place? What exactly will you do for this?

26. What do you consider to be the signs of high professionalism in your chosen field of activity? What level of professionalism do you plan to achieve during your studies at the university? What exactly and when exactly are you going to do this?

27. What personal qualities do you lack to achieve your dream? What should you do to acquire them? When and what exactly are you going to do about it?

28. Who and how influences the achievement of your vital goals?

What exactly do you personally need to do in order for these people to contribute to the realization of these intentions? When and how will you do it?

29. What obstacles on the way to the highest levels of professionalism, to personal well-being and success do you consider the most likely and significant? How to resist them? What exactly and when are you ready to do to overcome them?

30. What are some positive examples of solving problems similar to those that arise before you on the way to your dream? What patterns do these examples illustrate? Which of these examples can you use to improve your professional success and personal well-being?

### **Образец ситуационной задачи (кейса) к экзамену**

*Проанализируйте информацию, определите, установите и укажите свое отношение к затронутой теме, сформулируйте ответы на вопросы.*

#### **Task 1.**

1. Determine the stage of your career growth, career trajectory, phase of professional development.

2. Consider the objective conditions of your career: the high point of your career; career length; indicators of the level of the position, potential mobility (make a conclusion about the promising or dead-end length of the career line and its attractiveness for you).

#### **Task 2.**

1. Make an individual "profile of successful behavior", taking into account the specifics of your activity.

2. Answer the following questions: Do you have all the necessary competencies to be effective? What competencies do you think you need to develop in yourself? Why? Does the business environment (dynamic/stable) affect the "demand" for certain competencies? If so, how and what specific competencies are needed (continue the list):

- in a dynamic environment: stress tolerance...
- stable environment: concentration...

#### **Task 3.**

1. Prepare and submit a resume for employment. Review and analyze resume layouts presented on the websites of recruitment agencies, the state employment service, the youth employment service and other information resources.

2. Features of resumes for various purposes ("broadcast", for certain categories of employers,

targeted - for a specific employer).

**Task 4.** Compile and issue a cover letter with a resume, in accordance with the requirements of the office work standard.

**Task 5.** Prepare and design a portfolio for employment.

**Task 6.** Describe the ways of behavior at the interview in modern practice.

### **Шкала оценивания**

Оценка результатов производится на основе Положения о текущем контроле успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам среднего профессионального и высшего образования в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», утвержденного Приказом Ректора РАНХиГС при Президенте РФ от 30.01.2018 г. № 02-66 (п.10 раздела 3 (первый абзац) и п.11), а также Решения Ученого совета Северо-западного института управления РАНХиГС при Президенте РФ от 19.06.2018, протокол № 11.

#### **ОТЛИЧНО (5 баллов)**

Обучающийся показывает высокий уровень компетентности, знания программного материала, учебной литературы, раскрывает и анализирует проблему с точки зрения различных авторов. Обучающийся показывает не только высокий уровень теоретических знаний, но и видит междисциплинарные связи. Профессионально, грамотно, последовательно, хорошим языком четко излагает материал, аргументированно формулирует выводы. Знает в рамках требований к направлению и профилю подготовки нормативную и практическую базу. На вопросы отвечает кратко, аргументировано, уверенно, по существу. Способен принимать быстрые и нестандартные решения.

Нестандартное (многоплановое) решение ситуационной задачи (кейса).

#### **ХОРОШО (4 балла)**

Обучающийся показывает достаточный уровень компетентности, знания материалов занятий, учебной и методической литературы, нормативов и практики его применения. Уверенно и профессионально, грамотным языком, ясно, четко и понятно излагает состояние и суть вопроса. Знает теоретическую и практическую базу, но при ответе допускает несущественные погрешности. Обучающийся показывает достаточный уровень профессиональных знаний, свободно оперирует понятиями, методами оценки принятия решений, имеет представление: о междисциплинарных связях, увязывает знания, полученные при изучении различных дисциплин, умеет анализировать практические ситуации, но допускает некоторые погрешности. Ответ построен логично, материал излагается хорошим языком, привлекается информативный и иллюстрированный материал, но при ответе допускает незначительные ошибки, неточности по названным критериям, которые не искажают сути ответа.

Стандартное решение ситуационной задачи (кейса).

### **УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (3 балла)**

Обучающийся показывает слабое знание материалов занятий, отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает погрешности. Обучающийся владеет практическими навыками, привлекает иллюстративный материал, но чувствует себя неуверенно при анализе междисциплинарных связей. В ответе не всегда присутствует логика, аргументы привлекаются недостаточно веские. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.

Ситуационная задача (кейс) решена с некоторыми неточностями.

### **НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (2 балла)**

Обучающийся показывает слабые знания материалов занятий, учебной литературы, теории и практики применения изучаемого вопроса, низкий уровень компетентности, неуверенное изложение вопроса. Обучающийся показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на вопросы или затрудняется с ответом.

Неверное решение или ситуационная задача (кейс) не решена.

**Оценка «отлично»** выставляется обучающемуся, глубоко и прочно усвоившему программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагающему, в ответе которого тесно увязываются теория с практикой. При этом обучающийся не затрудняется с ответом при видоизменении задания, показывает знакомство с литературой, правильно обосновывает ответ, владеет разносторонними навыками и приемами практического выполнения практических работ.

## **6. Методические материалы по освоению дисциплины**

Студент допускается к экзамену по дисциплине в случае выполнения им всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины.

Экзамены организуются в период сессии в соответствии с текущим графиком учебного процесса, утвержденным в соответствии с установленным в СЗИУ порядком. Продолжительность экзамена для каждого студента не может превышать четырех академических часов. Экзамен не может начинаться ранее 9.00 часов и заканчиваться позднее 21.00 часа. Экзамен проводится в аудитории, в которую запускаются одновременно не более 5 человек. Время на подготовку ответов по билету каждому обучающемуся отводится 45 минут. При явке на экзамен обучающийся должен иметь при себе зачетную книжку. Во время экзамена обучающиеся по решению преподавателя могут пользоваться учебной программой дисциплины и справочной литературой. Оценка за экзамен проставляется в экзаменационной ведомости и зачетных книжках студентов, при этом оценки «неудовлетворительно» в зачетную книжку студентов не проставляются.

Обучение по дисциплине Б1.В.05 «Технология персональной эффективности / Technology of personal effectiveness» предполагает изучение курса на аудиторных занятиях (лекции и практические занятия) и самостоятельной работы студентов, включая подготовку к зачёту. Практические занятия дисциплины Б1.В.05 «Технология персональной

эффективности / Technology of personal effectiveness» предполагают их проведение в различных формах с целью выявления полученных знаний, умений, навыков и компетенций.

### ***Подготовка к лекции***

С целью обеспечения успешного обучения студент должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса, поскольку:

- знакомит с новым учебным материалом;
- разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизирует учебный материал;
- ориентирует в учебном процессе.

### ***Подготовка к лекции заключается в следующем:***

- внимательно прочитайте материал предыдущей лекции;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора); ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям; постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей профессиональной подготовке; запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции.

### ***Подготовка к практическим занятиям:***

- внимательно прочитайте материал лекций относящихся к данному семинарскому занятию, ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям;
- выпишите основные термины;
- ответьте на контрольные вопросы по семинарским занятиям, готовьтесь дать развернутый ответ на каждый из вопросов;
- уясните, какие учебные элементы остались для вас неясными и постарайтесь получить на них ответ заранее (до семинарского занятия) во время текущих консультаций преподавателя;
- готовиться можно индивидуально, парами или в составе малой группы, последние являются эффективными формами работы.

***Подготовка к опросу*** представляет собой проектирование студентом обсуждения в группе в форме дискуссии. В этих целях студенту необходимо:

- самостоятельно выбрать тему (проблему) для проведения опроса;
- разработать вопросы, продумать проблемные ситуации (с использованием периодической, научной литературы, а также интернет-сайтов);
- разработать план-конспект обсуждения с указанием времени обсуждения, вопросов, вариантов ответов.

Выбранная студентом тема (проблема) должна быть актуальна на современном этапе развития, должен быть представлен подробный план-конспект, в котором отражены вопросы для дискуссии, временной регламент обсуждения, даны возможные варианты ответов, использованы примеры из науки и практики.

## **Методические указания по организации самостоятельной работы**

Самостоятельная внеаудиторная работа по курсу включает изучение учебной и научной литературы, повторение лекционного материала, подготовку к практическим занятиям, а также к текущему и итоговому контролю.

Практические занятия предусматривают совершенствование навыков работы с аутентичными текстами и лексико-грамматическим материалом, методологии изучения предметной специфики курса

Вопросы, не рассмотренные на лекциях и практических занятиях, должны быть изучены магистрантами в ходе самостоятельной работы. Контроль самостоятельной работы магистрантов над учебной программой курса осуществляется в ходе практических занятий методом устного опроса или ответов на контрольные вопросы тем. В ходе самостоятельной работы каждый магистрант обязан прочитать основную и по возможности дополнительную литературу по изучаемой теме. Обучающийся должен готовиться к предстоящему практическому занятию по всем, обозначенным в методическом пособии вопросам. Не проясненные (дискуссионные) в ходе самостоятельной работы вопросы следует выписать в конспект лекций и впоследствии прояснить их на практических занятиях или индивидуальных консультациях с ведущим преподавателем.

Самостоятельная работа обучающихся предполагает изучение в соответствии с данными методическими рекомендациями учебной и научной литературы, нормативных документов, данных научных исследований, материалов интернет-источников, а также выполнение практических заданий, подготовку докладов и реферата, подготовку к тестированию и контрольной работе, к опросам на занятиях и к зачету. Рекомендации по научной литературе, информационным источникам и учебно-методическому обеспечению самостоятельной работы содержатся в разделах 6 и 7 данной РПД.

#### **Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

1. Егоров Г. Личностное и профессиональное развитие взрослого человека в пространстве образования [Электронный ресурс] : теория и практика / Егоров Г. священник, Т.В. Меланина. — Электрон.текстовые данные. — М. : Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, 2013. — 116 с. — 978-5-7429-0744-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/34912.html>
2. Личностное и профессиональное развитие взрослого человека в пространстве образования [Электронный ресурс]: теория и практика/ священник Егоров Г., Меланина Т.В.— Электрон.текстовые данные.— М.: Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, 2013.— 116 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/34912>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Мэрилин Аткинсон Жизнь в потоке [Электронный ресурс] :коучинг / Аткинсон Мэрилин. — Электрон.текстовые данные. — М. : Альпина Паблишер, 2016. — 330 с. — 978-5-9614-5039-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/42085.html>
4. Огнев А.С. Персональный навигатор. - М. МГГУ им. М.А. Шолохова, 2013
5. Пахальян В.Э. Личностно-ориентированное консультирование в образовании [Электронный ресурс]: материалы к организации и проведению учебных занятий/ Пахальян В.Э.—Электрон.текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 278 с.
6. Пахальян В.Э. Практическая психология. Введение [Электронный ресурс]/ Пахальян В.Э.— Электрон.текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 198 с.

7. Стивен Р. Кови Семь навыков высоко эффективных людей [Электронный ресурс] : мощные инструменты развития личности / Р.Кови Стивен. — Электрон.текстовые данные. — М. : Альпина Паблицер, 2015. — 400 с. — 978-5-9614-4873-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/34789.html>
8. Студент как субъект персональной эффективности и отношения к учебнопрофессиональной деятельности [Электронный ресурс]/ — Электрон.текстовые данные.— М.: Академический Проект, Фонд «Мир», 2011.— 192 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36595>.— ЭБС «IPRbooks»

### **Методические рекомендации по подготовке к опросу**

Устный опрос является одним из основных способов проверки усвоения знаний обучающимися. Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на определенную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях. Основные критерии оценки устного ответа: правильность ответа по содержанию; полнота и глубина ответа; логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией); использование дополнительного материала.

Подготовка обучающихся к опросу предполагает изучение в соответствии тематикой дисциплины основной/ дополнительной литературы, нормативных документов, интернет-источников.

## **7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети**

### **Интернет**

#### **7.1. Основная литература**

1. Акмеология. Путь к вершине личностно-профессионального развития : учебное пособие / составители О. Н. Князева, Е. В. Алтухова. — Воронеж : Воронежский Государственный Аграрный Университет им. Императора Петра Первого, 2017. — 160 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/72648.html>
2. Евтихов, Олег Владимирович. Развитие лидерского потенциала руководителя : монография / О. В. Евтихов. - Москва : ИНФРА-М, 2017. - 198 с. : ил. - (Серия "Научная мысль. Психология ") . - Библиогр.: с. 188-196 и в подстроч. примеч. - ISBN 978-5-16-009811-1.
3. Елисеева, Л. Я. Педагогика и психология планирования карьеры : учебное пособие для вузов / Л. Я. Елисеева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 242 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09493-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454309>

#### **7.2. Дополнительная литература**

1. Адизес, Ицхак Калдерон. Развитие лидеров [Электронный ресурс] : Как понять свой стиль управления и эффективно общаться с носителями иных стилей / Ицхак Калдерон Адизес ; пер. с англ. [Т. Гутмана]. - 6-е изд. - Электрон. дан. - Москва : Альпина Паблицер, 2016. - 259 с. : ил. - Загл. с экрана. - ISBN 978-5-9614-5325-6.



2. Павловская, И. А. Планирование карьеры : курс лекций / И. А. Павловская. — Владикавказ : Владикавказский институт управления, 2010. — 142 с. — ISBN 978-5-98161-051-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/57834.html>
3. Сибирякова, Т. Б. Основы профессионального развития менеджера (введение в направление подготовки) : учебное пособие / Т. Б. Сибирякова. — Саратов : Вузовское образование, 2018. — 170 с. — ISBN 978-5-4487-0320-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77579.html>
4. Стюрина, Д. Е. Управление деловой карьерой : учебное пособие / Д. Е. Стюрина. — Москва : Евразийский открытый институт, 2008. — 108 с. — ISBN 978-5-374-00133-4. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/10876.html>
5. Сэм, Карпентер Системность во всем : универсальная технология повышения эффективности / Карпентер Сэм ; перевод А. Кардаш. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 262 с. — ISBN 978-5-00057-185-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/39400.html>

### **7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация**

Не предусмотрено.

### **7.4. Интернет-ресурсы**

СЗИУ располагает доступом через сайт научной библиотеки <http://nwapa.spb.ru/> к следующим подписным электронным ресурсам:

#### ***Русскоязычные ресурсы***

- Электронные учебники электронно - библиотечной системы (ЭБС) «Айбукс»
- Электронные учебники электронно – библиотечной системы (ЭБС) «Лань»
- Научно-практические статьи по финансам и менеджменту Издательского дома «Библиотека Гребенникова»
- Статьи из периодических изданий по общественным и гуманитарным наукам «Ист - Вью»
- Энциклопедии, словари, справочники «Рубрикон»
- Полные тексты диссертаций и авторефератов Электронная Библиотека Диссертаций РГБ
- Информационно-правовые базы - Консультант плюс, Гарант.

#### ***Англоязычные ресурсы***

• EBSCO Publishing – доступ к мультидисциплинарным полнотекстовым базам данных различных мировых издательств по бизнесу, экономике, финансам, бухгалтерскому учету, гуманитарным и естественным областям знаний, рефератам и полным текстам публикаций из научных и научно-популярных журналов.

• Emerald – крупнейшее мировое издательство, специализирующееся на электронных журналах и базах данных по экономике и менеджменту. Имеет статус основного источника

профессиональной информации для преподавателей, исследователей и специалистов в области менеджмента.

Возможно использование, кроме вышеперечисленных ресурсов, и других электронных ресурсов сети Интернет.

### 7.5. Иные источники

1. Глоссарий психолого-педагогических терминов. (<http://bspu.ab.ru/Handbook/psihological/tituln.html>).
2. Научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского. (<http://www.gnpbu.ru/>)
3. Каталог психологической литературы в Интернет. (<http://www.psychology-online.ru/lit/obzorf.htm>).
4. Навигатор в сфере образования. (<http://edunews.ru/>).
5. Online библиотека. (<http://www.bestlibrary.ru/>).
6. Национальная электронная библиотека. (<http://www.integrum.ru/>).
7. Электронная библиотека портала Auditorium.ru. (<http://www.auditorium.ru>).
8. Каталог психологических тестов. ([www.mozg.ru](http://www.mozg.ru)).
9. Психологический словарь. (<http://psi.webzone.ru>).
10. Психологическая библиотека. (<http://www.bookap.by.ru/>).
11. Сборник электронных курсов по психологии. (<http://www.ido.edu.ru/psychology>.)
12. Комплексное обеспечение психологической практики. (<http://www.imaton.spb.su/index.html>).
13. Личность в пространстве своей профессии. (<http://www.rl-online.ru/articles/3-02/136.html>).
14. Мир психологии. (<http://psychology.net.ru/>).
15. Служба практической психологии образования России. (<http://www.psyinfo.ru/>).
16. Электронная психологическая библиотека (<http://www.koob.ru>).
17. <http://www.voppsy.ru/> - сайт журнала «Вопросы психологии».
18. <http://www.ipras.ru/08.shtml> - сайт Института психологии РАН, журнал «Психологический журнал».
19. <http://www.psy.msu.ru/links/index.html> - сайт психологического факультета МГУ «Психология в Интернете».
20. <http://www.psychology.ru/> - сайт «Psychology.ru» (библиотека, тесты, ссылки).
21. <http://www.psychological.ru/> - сайт «Градиент» (методология, библиотека, интерактивная служба поддержки). Проект разработан при поддержке Российского гуманитарного научного фонда.
22. <http://psystudy.ru/> - сайт журнала «Психологические исследования»: электронное периодическое издание.
25. [http://psyjournals.ru/journal\\_catalog/](http://psyjournals.ru/journal_catalog/) - портал психологических изданий.

### 8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

№ п/п	Наименование
1.	Специализированные классы для проведения лекций и практических занятий

2.	Специализированная мебель и оргсредства: аудитории и компьютерные классы, оборудованные посадочными местами
3.	Технические средства обучения: Персональные компьютеры; компьютерные проекторы; звуковые динамики; программные средства, обеспечивающие просмотр видеофайлов в форматах AVI, MPEG-4, DivX, RMVB, WMV.

***Программные, технические и электронные средства обучения и контроля знаний студентов:***

Пакеты программного обеспечения общего назначения (текстовые редакторы, графические редакторы).

Курс включает использование программного обеспечения Microsoft Excel, Microsoft Word, Microsoft Power Point для подготовки текстового и табличного материала, графических иллюстраций.

Методы обучения предполагают использование информационных технологий (компьютерное тестирование, демонстрация мультимедийных материалов).

Задействованы Интернет-сервисы и электронные ресурсы (справочные системы, н-р, Консультант или Гарант, поисковые системы, электронная почта, профессиональные тематические чаты и форумы, системы аудио и видео конференций, онлайн энциклопедии, справочники, библиотеки, электронные учебные и учебно-методические материалы).

Допускается применение системы дистанционного обучения с использованием платформ TEAMS, Zoom, Skype for Business, СДО Moodle

**Информационные справочные системы:**

1. Правовая система «Гарант-Интернет» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garweb.ru>.
2. Правовая система «КонсультантПлюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>