Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кожедеров Александр Игоревич
Должность: Директор филиала ИндИ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"
Дата подписания: 17.07.2026 02:41:26
Уникальный программный ключ:
7f4522f81a862743c2711b37d9dd0f6ad

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФГБОУ ВО «Югорский государственный университет»

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы личной и профессиональной эффективности

Направление подготовки (специальности): *13.03.02 - Электроэнергетика и электротехника*

Профиль: *Электроэнергетика и электротехника (ИндИ)*

Форма обучения
Очно-заочная

Квалификация выпускника
Бакалавр

2026 год набора

Разработчик рабочей программы: Ю. У. Сафаралеева,

Виды работ	Объём занятий по семестрам, час										Итого
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Самостоятельная работа	66	66									132
Дистанционные лекции	18	18									36
Дистанционные практические занятия	24	24									48
Форма контроля	Зачёты	Зачёты									-
Итого:	108	108									216
з.е.	3	3									6

1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является сформировать современные представления о жизненном, личностном и профессиональном самоопределении, повысить уровень личной и профессиональной эффективности.

2 Формируемые компетенции обучающегося

Планируемые результаты освоения ОПОП (компетенции), достижение которых обеспечивает дисциплина		Планируемые результаты (соотнесенные с установленными индикаторами достижения компетенции)
код компетенции	наименование компетенции	

УК-1	*Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач*	*УК-1.1 З-1:* *Знает основные математические методы решения задач, принципы математических рассуждений, математических доказательств и системного подхода* *УК-1.2 З-1:* *Знает возможности и принципы функционирования цифровых сервисов и технологий, используемых для работы с информацией* *УК-1.3 З-1:* *Знает основные различия между фактами, мнениями, интерпретациями и оценкам* *УК-1.4 З-1:* *Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации* *УК-1.1 У-1:* *Умеет обосновывать выбор варианта решения и практически применять стандартные математические методы и системный подход в решении поставленных задач* *УК-1.2 У-1:* *Умеет обосновывать выбор и использовать цифровые сервисы и технологии для безопасной и эффективной работы с информацией* *УК-1.3 У-1:* *Умеет формировать собственную позицию о фактах, мнениях, интерпретациях и оценках информации* *УК-1.4 У-1:* *Умеет критически оценивать полноту, адекватность и достоверность информации, необходимой для решения поставленных задач* *УК-1.5 У-1:* *Умеет производить постановку проблемы путем фиксации ее содержания, выявления субъекта проблемы, а также всех заинтересованных сторон в данной ситуации, а также осуществлять анализ ситуации в реальных социальных условиях для выявления актуальной, в т.ч. социально-*

		значимой задачи/проблемы, требующей решения *УК-1.1 В-1:* *Владеет навыком решения различных прикладных задач с использованием математических методов и системного подхода* *УК-1.2 В-1:* *Имеет практический опыт решения задач обработки информации с использованием различных цифровых сервисов и технологий, в т.ч. во взаимодействии с другими людьми в цифровой среде* *УК-1.3 В-1:* *Владеет навыками рассуждения и аргументации* *УК-1.4 В-1:* *Владеет навыками систематизации и синтеза информации, полученной из различных источников* *УК-1.5 В-1:* *Имеет опыт определения требований и ожиданий заинтересованных сторон с учетом социального контекста*
УК-10	*Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности*	*УК-10.1 З-1:* *Знает сущность и формы проявления экстремизма, терроризма и коррупционного поведения, выражения нетерпимого отношения к ним и способы профилактики их проявлений в профессиональной деятельности на основе действующих правовых норм* *УК-10.1 У-1:* *Умеет следовать стандартам поведения, выражающим нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма и коррупции, в т.ч. идентифицировать и квалифицировать экстремистское, террористическое и коррупционное поведение и оценивать риски их проявления* *УК-10.1 В-1:* *Владеет методами профилактики и противодействия экстремизму, терроризму и коррупции и формирования нетерпимого отношения к ним в общественной и*

		профессиональной сферах
УК-9	*Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности*	*УК-9.1 З-1:* *Знает основы поведения экономических агентов, основные принципы экономического анализа для принятия решений, базовые экономические категории, ресурсные ограничения и принципы экономического развития* *УК-9.2 З-1:* *Знает основные виды личных доходов и расходов, механизмы и инструменты управления ими; основные финансовые организации и принципы взаимодействия с ними; виды, источники и способы управления рисками хозяйственной деятельности индивида* *УК-9.3 З-1:* *Знает специфику организации предпринимательской деятельности и риски, связанные с ней* *УК-9.1 У-1:* *Умеет воспринимать, анализировать и критически оценивать информацию, необходимую для принятия обоснованных экономических решений* *УК-9.2 У-1:* *Умеет обосновывать принятие экономических решений, в т.ч. решать типичные задачи в сфере личного экономического и финансового планирования на основе выбора оптимальных финансовых инструментов с учетом индивидуальных рисков хозяйственной деятельности* *УК-9.3 У-1:* *Умеет применять современные инструменты и методы для подготовки и принятия организационно-управленческих решений в сфере предпринимательства* *УК-9.1 В-1:* *Владеет навыками применения базовых инструментов экономического анализа для*

		обоснования принятых решений *УК-9.2 В-1:* *Владеет навыками планирования личного бюджета, формирования портфеля финансовых активов, обоснования целесообразности и рисков применения различных финансовых инструментов и взаимодействия с различными финансовыми организациями*

3 Темы дисциплины

№ п/п	Тема
1	Проблема личности в психологии. Личная эффективность.
2	Формы активности личности. Саморазвитие. Целеполагание
3	Основы психологии профессиональной деятельности. Профессиональная эффективность
4	Целеполагание: дерево жизненно важных целей. Правила постановки целей
5	Целеполагание в самоменеджменте
6	Эмоциональный интеллект и его влияние на личную эффективность
7	Личная эффективность и карьерный рост
8	Личные цели и управление карьерой
9	Эффективное управление ресурсами
10	Времяцентрическая концепция тайм-менеджмента
11	Теоретические основы самопрезентации
12	Понятие имиджелогии. Каноны делового стиля.