Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новосибирский государственный технический университет»

Кафедра психологии и педагогики

“УТВЕРЖДАЮ”
ДЕКАН ФЭН
д.т.н. Русина А. Г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ НЕКВАЛИФИЦИРОВАННОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
31.08.2026
Владелец: д.т.н. Русина А. Г.
Срок действия: не ограничен
Адрес хранения электронного документа:
https://www.nstu.ru/university/info/sveden/education

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
На пути к цели: от задумки до конкретного результата

Образовательная программа: 13.04.02 Электроэнергетика и электротехника, магистерская программа: Релейная защита и автоматика электроэнергетических систем

Курс: 1, семестр : 2

Факультет энергетики,

		Семестр
№	**Вид деятельности**	**2**
1	Всего зачетных единиц (кредитов)	3
2	Всего часов	108
3	Всего занятий в контактной форме, час.	40
4	Лекции, час.	18
5	Практические занятия, час.	0
6	Лабораторные занятия, час.	18
7	из них в активной и интерактивной форме, час.	16
8	из них практической подготовки, час.	6
9	Аттестация, час.	2
10	Консультации, час.	2
11	Самостоятельная работа, час.	68
12	Виды самостоятельной работы (курсовой проект, курсовая работа, РГЗ(Р)/реферат, подготовка к контрольной работе)	Р
13	Вид аттестации	3

Новосибирск 2026

Рабочая программа составлена на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению (специальности): 13.04.02 Электроэнергетика и электротехника

ФГОС введен в действие приказом №147 от 28.02.2018 г. , дата утверждения: 22.03.2018 г.

Место дисциплины в структуре учебного плана: Блок 1, формируемая участниками образовательных отношений, по выбору студента

Рабочая программа разработана на основе компетентностной модели выпускника по направлению (специальности): 13.04.02 Электроэнергетика и электротехника

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры

ПиП, 31.08.2026

Утверждена на совете факультета энергетики, протокол № 8 от 31.08.2026

Заведующий кафедрой:

доцент, к.псх.н. Капустина В. А.

Ответственный за образовательную программу:

декан Русина А. Г.

1. Внешние требования

Таблица 1.1

Группа	Компетенции
	Индикаторы достижения компетенций
Профессиональные компетенции	ПК-1.В/ПР Способен осуществлять профессиональную деятельность с учетом региональных особенностей и потребностей работодателей.
	ПК-1.В/ПР. 2 Умеет решать профессиональные задачи на предприятиях и в организациях профильной отрасли своего региона.
Универсальные компетенции	УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
	УК-1. 1 Анализирует проблемную ситуацию и осуществляет её декомпозицию на отдельные задачи.
	УК-1. 2 Вырабатывает стратегию решения поставленной задачи
	УК-1. 3 Формирует возможные варианты решения задач
Универсальные компетенции	УК-4 Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия
	УК-4. 3 Использует современные информационно-коммуникативные средства для коммуникации
Универсальные компетенции	УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки
	УК-6. 1 Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания
	УК-6. 2 Определяет приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки

2. Требования НГТУ к планируемым результатам обучения, соотнесенным с индикаторами достижения компетенций

Таблица 2.1

Индикаторы достижения компетенций	Формы организации занятий
Результаты обучения	
ПК-1.В/ПР. 2 Умеет решать профессиональные задачи на предприятиях и в организациях профильной отрасли своего региона.	
Уметь решать профессиональные задачи на предприятиях и в организациях профильной отрасли своего региона.	Лекции; Лабораторные работы; Самостоятельная работа
УК-1. 1 Анализирует проблемную ситуацию и осуществляет её декомпозицию на отдельные задачи.	
Анализировать проблемную ситуацию и осуществляет её декомпозицию на отдельные задачи.	Лекции; Лабораторные работы; Самостоятельная работа
УК-1. 2 Вырабатывает стратегию решения поставленной задачи	
Вырабатывать стратегию решения поставленной задачи	Лекции; Лабораторные работы; Самостоятельная работа
УК-1. 3 Формирует возможные варианты решения задач	
Формировать возможные варианты решения задач	Лекции; Лабораторные работы; Самостоятельная работа
УК-4. 3 Использует современные информационно-коммуникативные средства для коммуникации	
Использовать современные информационно-коммуникативные средства для коммуникации	Лекции; Лабораторные работы; Самостоятельная работа
УК-6. 1 Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания	

Оценивать свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания	Лекции; Лабораторные работы; Самостоятельная работа
УК-6. 2 Определяет приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	
Определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	Лекции; Лабораторные работы; Самостоятельная работа

3. Содержание и структура дисциплины

Таблица 3.1

Темы лекций	Часы	Из них в форме практ. подг., час.	Активные формы, час.	Индикаторы достижения компетенций	Учебная деятельность
Семестр: 2					
Дидактическая единица: Вводный модуль					
1. Вводный модуль	2	0	0	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты изучают вводный модуль по курсу, знакомятся со структурой дисциплины, требованиями и формами контроля.
Дидактическая единица: Теоретические основы целеполагания					
1. Понятие цели, основные характеристики целей	6	0	2	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты отрабатывают алгоритм постановки целей на практических примерах.
Дидактическая единица: Техники целеполагания в коучинге					
2. Коучинг в работе с целями: понятие и виды	6	0	2	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.2,УК-1.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты изучают понятие коучинга, его виды и возможности применения в работе с целями.
Дидактическая единица: Инструменты целеполагания в тайм-менеджменте					
3. Инструменты планирования и постановки целей	4	0	2	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.2,УК-1.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты изучают инструменты планирования, постановки целей и контроля их достижения.

Темы лабораторных работ	Часы	Из них в форме практ. подг., час.	Активные формы, час.	Индикаторы достижения компетенций	Учебная деятельность
Семестр: 2					
Дидактическая единица: Теоретические основы целеполагания					
1. Специфика и алгоритм процесса целеполагания	6	2	4	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты отрабатывают алгоритм процесса целеполагания и способы постановки целей.
Дидактическая единица: Техники целеполагания в коучинге					

2. SMART и его варианты как способы постановки цели	6	2	4	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты отрабатывают постановку целей с использованием технологии SMART и её вариантов.
Дидактическая единица: Инструменты целеполагания в тайм-менеджменте					
3. Авторские методики целеполагания	6	2	2	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты применяют авторские методики целеполагания при решении практических задач.

Темы для самостоятельного изучения	Часы	Из них в форме практ. подг., час.	Активные формы, час.	Индикаторы достижения компетенций	Учебная деятельность
Семестр: 2					
Дидактическая единица: Теоретические основы целеполагания					
2. Основные ошибки в целеполагании	4	0	0	УК-1.3,УК-6.1,УК-6.2	Студенты анализируют основные ошибки целеполагания и способы их предупреждения.
3. Контролирующее мероприятие 1	8	0	0	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.2	Студенты повторяют материалы модуля 1 и выполняют контролирующее мероприятие по теоретическим основам целеполагания.
Дидактическая единица: Техники целеполагания в коучинге					
4. «Колесо баланса» как инструмент целеполагания	8	0	0	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.2	Студенты самостоятельно изучают технику «Колесо баланса» как инструмент анализа жизненных сфер и постановки целей.
5. Контролирующее мероприятие 2	8	0	0	УК-1.2,УК-4.3	Студенты повторяют материалы модуля 2 и выполняют контролирующее мероприятие по техникам целеполагания в коучинге.
Дидактическая единица: Инструменты целеполагания в тайм-менеджменте					
6. Методы декомпозиции целей на задачи	6	0	0	УК-1.3,УК-4.3,УК-6.2	Студенты самостоятельно изучают методы декомпозиции целей на задачи, этапы и конкретные действия.
Дидактическая единица: Итоговая аттестация					
7. Итоговая аттестация	10	0	0	ПК-1.В/ПР.2,УК-4.3	Студенты систематизируют материалы курса и готовятся к итоговой аттестации.

3.1 Практическая подготовка

Таблица 3.2

№	Темы занятий	Формы организации занятий	Содержание практической подготовки (виды работ)
1	Специфика и алгоритм процесса целеполагания	Лб	Выполняет следующие виды работ: составление моделейь, определение ограничений, выработка критериев целеполагания.
2	SMART и его варианты как способы постановки цели	Лб	Выполняет следующие виды работ: формирование целей с использованием технологии SMART и её вариантов.
3	Авторские методики целеполагания	Лб	Выполняет следующие виды работ: применение авторских методик целеполагания при решении практических задач.

3.2 Самостоятельная работа обучающегося

Таблица 3.3

№	Виды самостоятельной работы	Индикаторы достижения компетенций	Часы на выполнение	Часы на консультации
Семестр: 2				
1	РГЗ/Реферат	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	10	1
Студенты выполняют индивидуальное письменное задание: выбирают одну из техник целеполагания, описывают её содержание, приводят пример применения и оформляют результат работы.: Дмитриева Л. И. Самоменеджмент: техники личной продуктивности : электронное методическое пособие / Л.И. Дмитриева, Ю.А. Масалова ; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2025.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=230328.- Загл. с титул. экрана. Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ.			
2	Подготовка к лекционным и лабораторным занятиям	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	8	0
Студенты повторяют материалы предыдущих занятий, знакомятся с учебными материалами курса, готовят вопросы и примеры для обсуждения на занятиях.: Дмитриева Л. И. Самоменеджмент: техники личной продуктивности : электронное методическое пособие / Л.И. Дмитриева, Ю.А. Масалова ; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2025.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=230328.- Загл. с титул. экрана. Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ.			
3	Подготовка к итоговой аттестации	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.1,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	6	1

Студенты систематизируют материалы курса, повторяют основные понятия, техники и инструменты целеполагания, готовятся к итоговому контролю.: Дмитриева Л. И. Самоменеджмент: техники личной продуктивности : электронное методическое пособие / Л.И. Дмитриева, Ю.А. Масалова ; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2025.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=230328.- Загл. с титул. экрана. Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ.				
4	Самостоятельное изучение теоретического материала	ПК-1.В/ПР.2,УК-1.2,УК-1.3,УК-4.3,УК-6.1,УК-6.2	44	0
Студент изучает темы, приведенные в таблице 3.1 : Дмитриева Л. И. Самоменеджмент: техники личной продуктивности : электронное методическое пособие / Л.И. Дмитриева, Ю.А. Масалова ; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2025.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=230328.- Загл. с титул. экрана. Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ.				

3.3 Технология обучения

Для организации и контроля самостоятельной работы обучающихся, а также проведения консультаций применяются информационно-коммуникационные технологии (табл. 3.4).

Таблица 3.4

Деятельность	Информационно-коммуникационные технологии
Информирование	e-mail; Портал НГТУ; Социальные сети; Среда электронного обучения НГТУ; ЭБС
Консультирование	e-mail; Портал НГТУ; Социальные сети; ЭБС
Контроль	Портал НГТУ; Социальные сети; Среда электронного обучения НГТУ; Чат
Размещение учебных материалов	e-mail; Портал НГТУ; Социальные сети; Среда электронного обучения НГТУ; Чат; ЭБС

Таблица 3.5

Активные и интерактивные формы проведения занятий

№	Наименование активных форм
1	Дискуссия:Обсуждение роли цели в деятельно
Краткое описание применения: Студенты обсуждают значение цели в организации деятельности, анализируют различия между намерением, желанием, задачей и целью, приводят примеры корректной и некорректной постановки целей.	
Подробная информация об использовании технологии приводится в приложении №1"Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ."	

2	Кейс-стади:Анализ проблемной ситуации
Краткое описание применения: Студенты анализируют учебные ситуации, выявляют проблему, формулируют цель, определяют ограничения, ресурсы и возможные способы достижения результата.	
Подробная информация об использовании технологии приводится в приложении №2"Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ."	
3	Проблемный метод:Выявление ошибок в целеполагании
Краткое описание применения: Студенты анализируют проблемные формулировки целей, определяют ошибки целеполагания и предлагают способы их исправления.	
Подробная информация об использовании технологии приводится в приложении №3"Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ."	

4. Правила аттестации обучающихся по дисциплине

Для аттестации обучающихся по дисциплине используется балльно-рейтинговая система (БРС), позволяющая выставлять оценки по традиционной шкале и 15-уровневой ECTS. Краткая информация о БРС приведена в табл. 4.1.

Таблица 4.1

Оцениваемые виды деятельности обучающихся	Мин. балл	Максимальный балл
Семестр: 2		
Лабораторная:	0	40
РГЗ/Реферат:	10	40
Зачет:	10	20

В таблице 4.2 представлено соответствие форм контроля заявляемым требованиям к результатам освоения дисциплины.

Таблица 4.2

Коды компетенций	Индикаторы достижения компетенций	Формы контроля		
		Защита Л/Р	Защита РГЗ/Р	Зачет
ПК-1.В/ПР	ПК-1.В/ПР 2. Умеет решать профессиональные задачи на предприятиях и в организациях профильной отрасли своего региона.	+	+	+
УК-1	УК-1 1. Анализирует проблемную ситуацию и осуществляет её декомпозицию на отдельные задачи.	+	+	+
	УК-1 2. Вырабатывает стратегию решения поставленной задачи	+	+	+
	УК-1 3. Формирует возможные варианты решения задач	+	+	+
УК-4	УК-4 3. Использует современные информационно-коммуникативные средства для коммуникации	+	+	+

УК-6	УК-6 1. Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания	+	+	+
	УК-6 2. Определяет приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки	+	+	+

Фонд оценочных средств по дисциплине представлен в приложении № 1 к рабочей программе.

5. Литература

Основная литература

1. Современный урок: целеполагание и рефлексия : учеб. пособие / А. В. Дорофеев, Н. А. Баринова, Е. В. Карунас, Н. Е. Хабибова. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2022. — 68 с. — ISBN 978-5-907475-72-4. — URL: https://e.lanbook.com/book/288476 (дата обращения: 31.08.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

2. Масалова Ю. А. Самоменеджмент: техники личной продуктивности : массовый открытый онлайн курс / Ю. А. Масалова, Л. И. Дмитриева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, [2023].- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226140 https://www.youtube.com/watch?v=hxCm8HiyaK4&t=3s.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ.

3. Егоренко А. О. Тайм-менеджмент / А. О. Егоренко, В. О. Кожина. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 148 с. — ISBN 978-5-507-48186-6. — URL: https://e.lanbook.com/book/367487 (дата обращения: 01.09.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

4. Целеполагание в системе профессиональных умений преподавателя высшей школы : учеб.-метод. пособие / О. В. Заславская, А. С. Малафий, С. В. Оськина [и др.]. — Тула : ТулГУ, 2023. — 174 с. — ISBN 978-5-7679-5320-2. — URL: https://e.lanbook.com/book/391346 (дата обращения: 31.08.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

5. Асташова Т. А. Использование когнитивных технологий в учебном процессе : учебное пособие / Т. А. Асташова ; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2026.- 64, [2] с. : ил., табл.- Текст : непосредственный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=230212

Дополнительная литература

1. Нефедова И. Д. Управление личным временем : учеб. пособие / И. Д. Нефедова, Е. А. Дмитриева ; под ред. И. Д. Нефедовой. — Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2024. — 48 с. — ISBN 978-5-9239-1485-6. — URL: https://e.lanbook.com/book/426440 (дата обращения: 31.08.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

2. Тайм-менеджмент : учеб.-метод. пособие / сост.: Ю. И. Авадэни, Е. А. Байда. — Омск : СибАДИ, 2023. — 170 с. — URL: https://e.lanbook.com/book/339110 (дата обращения: 31.08.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

3. Морозов И. В. Тайм-менеджмент : учеб.-метод. пособие / И. В. Морозов. — Минск : БГУКИ, 2022. — 100 с. — ISBN 978-985-522-292-8. — URL: https://e.lanbook.com/book/336431 (дата обращения: 30.08.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

4. Тимофеева Н. С. Тайм-менеджмент : учеб. пособие / Н. С. Тимофеева, Л. Б. Гармаева. — Улан-Удэ : Бурятская ГСХА им. В. Р. Филиппова, 2022. — 106 с. — URL: https://e.lanbook.com/book/284225 (дата обращения: 30.08.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — Текст : электронный.

Интернет-ресурсы

1. Сироткин, С. А. Стратегический менеджмент : учебник / С.А. Сироткин, Н.Р. Кельчевская. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 263 с. – (Высшее образование: Бакалавриат). – ISBN 978-5-16-013815-2. – Текст : электронный // Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2011– . – URL: https://znanium.com/catalog/product/958515 (дата обращения: 14.03.2022). – Режим доступа: по подписке.

6. Методическое и программное обеспечение, информационные технологии

6.1 Методическое обеспечение

1. Капустина В. А. На пути к цели: от задумки до конкретного результата : массовый открытый онлайн курс / В. А. Капустина, А. А. Осинцева; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2023.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=226874 https://vk.com/video-218969155_456239022?list=ln-erAJbUOzVj36v4HAQT.- Загл. с титул. экрана Рецензируемое электронное учебное издание НГТУ.

2. Дмитриева Л. И. Самоменеджмент: техники личной продуктивности : электронное методическое пособие / Л.И. Дмитриева, Ю.А. Масалова ; Новосиб. гос. техн. ун-т.- Новосибирск, 2025.- Текст : электронный.- Режим доступа: http://elibrary.nstu.ru/source?bib_id=230328.- Загл. с титул. экрана.

6.2 Специализированное программное обеспечение

1 Система сканирования и распознавания текстов ABBYY ABBYY FineReader

2 пакет программ для создания и просмотра электронных публикаций в формате PDF Adobe Adobe Acrobat

3 Создание отчётов для лабораторных работ. Microsoft Microsoft Office

6.3 Информационные технологии

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине применяются элементы дистанционных образовательных технологий, а также синхронного и асинхронного взаимодействия в электронной информационно-образовательной среды НГТУ.

7. Материально-техническое обеспечение

Лабораторный стенд

№	Наименование	Назначение
1	Презентационное оборудование (мультимедиа-проектор, экран, компьютер для управления)	Используется для демонстрации учебных материалов, презентаций, схем, примеров постановки целей и алгоритмов целеполагания на лекционных и лабораторных занятиях.
2	Компьютерный класс (Компьютеры объединены в локальную сеть с выходом в Internet)	Используется для работы студентов с электронным курсом, учебными материалами, заданиями, тестами и ресурсами дисциплины.
3	Принтер лазерный HP LJ P2015n	Используется для печати учебно-методических материалов, раздаточных заданий, бланков для выполнения лабораторных работ и контролирующих мероприятий.

4	Ноутбук TOSHIBA Satellite L300-11G-RU	Используется для проведения презентаций, демонстрации учебных материалов, работы с электронным курсом и сопровождения занятий по дисциплине.
5	Компьютер Intel Celeron D 326 2.53 ГГц	Используется для подготовки и демонстрации учебных материалов, работы с электронными образовательными ресурсами и выполнения заданий по дисциплине.