

**Тематический план самостоятельной работы обучающегося
по дисциплине «Тайм-менеджмент»
для обучающихся 2025 года поступления
по образовательной программе
32.04.01 Общественное здравоохранение,
направленность (профиль) Общественное здравоохранение
(магистратура),
форма обучения очно-заочная
на 2026-2027 учебный год**

№	Тема самостоятельной работы	Часы (академ.)
4 семестр		
1.	Введение в тайм-менеджмент. Специфика управления временем.	49
Раздел 1. Базовые понятия и аксиомы тайм-менеджмента: время как невозобновляемый ресурс		10
Раздел 2. Классические и современные технологии планирования: от Матрицы Эйзенхауэра до GTD		10
Раздел 3. Специфика управления временем в зависимости от психотипа и биоритмов (Хронотипы)		10
Раздел 4. Делегирование и «ножницы» полномочий: специфика управления чужим временем		10
Раздел 5. Парадоксы и неочевидные аспекты управления временем		8
	Контрольный раздел	1

Рассмотрено на заседании кафедры экономики и менеджмента им. Н.П. Григоренко, протокол от «02» июня 2026 г. № 11.

Заведующий кафедрой



С.Ю. Соболева