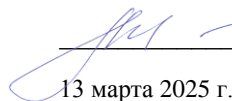


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Солоненко Анна Александровна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 22.06.2026 23:29:25  
Уникальный программный ключ:  
d9ba9a2cd160ab4af042fb478ab037f8b3050e51

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО РЫБОЛОВСТВУ

**Дмитровский рыбохозяйственный технологический институт (филиал)  
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования «Астраханский государственный  
технический университет»  
(ДРТИ ФГБОУ ВО «АГТУ»)**

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета ВО ДРТИ

 А.А. Иванова  
13 марта 2025 г.

# МОДУЛЬ "ОСНОВЫ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ КОММУНИКАЦИИ" Технологии самоорганизации и саморазвития личности

## рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Гуманитарные и социально-экономические дисциплины**  
Направление подготовки **19.03.03 Продукты питания животного происхождения**  
Квалификация **Бакалавр**  
Форма обучения **заочная**  
Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 108  
в том числе:  
аудиторные занятия 12  
самостоятельная работа 92  
часов на контроль 4  
Виды контроля на курсах:  
зачеты 3

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	3		Итого	
	уп	рп		
Лекции	6	6	6	6
Практические	6	6	6	6
Итого ауд.	12	12	12	12
Контактная работа	12	12	12	12
Сам. работа	92	92	92	92
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

*к.с.н, Доцент, Готовкина М.С.*

Рецензент(ы):

*к.п.н, доцент, Александрова Ольга Александровна*

Рабочая программа дисциплины

**Технологии самоорганизации и саморазвития личности**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 19.03.03 Продукты питания животного происхождения (приказ Минобрнауки России от 11.08.2020 г. № 936)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 19.03.03 Продукты питания животного происхождения  
утвержденного учёным советом вуза от 25.12.2024 протокол № 11.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Гуманитарные и социально-экономические дисциплины**

Протокол от 13.03.2025 г. № 3

Срок действия программы: 2025-2030 уч.г.

Зав. кафедрой Солоненко А.А.

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель УМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры  
**Гуманитарные и социально-экономические дисциплины**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2025 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Солоненко А.А.

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель УМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры  
**Гуманитарные и социально-экономические дисциплины**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2026 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Солоненко А.А.

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель УМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2027 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры  
**Гуманитарные и социально-экономические дисциплины**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2027 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Солоненко А.А.

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель УМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2028 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры  
**Гуманитарные и социально-экономические дисциплины**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2028 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Солоненко А.А.

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.1	Формирование у обучающихся целостного представления о теоретических основах и практических технологиях самоорганизации и саморазвития; развитие навыков постановки целей, управления временем, саморефлексии, выстраивания индивидуальных траекторий личностного и профессионального роста, необходимых для реализации принципов обучения в течение всей жизни.
-----	---

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О.02
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
2.1.1	Психология личности	
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
2.2.1	Технологическая практика (производственная)	

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни**

<b>Знать:</b>	
Уровень 1	Фрагментарно знает основные принципы самоорганизации, тайм-менеджмента и планирования саморазвития.
Уровень 2	В целом знает методы самоорганизации, техники управления временем, основы саморазвития и принципы непрерывного образования, допуская отдельные пробелы.
Уровень 3	Отлично знает концепции самоорганизации, подходы к саморазвитию, методики формирования жизненных и профессиональных целей, техники тайм-менеджмента и рефлексии.
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	Не в полной мере умеет планировать своё время и ставить цели личностного развития.
Уровень 2	Умеет эффективно управлять своим временем, планировать и корректировать траекторию саморазвития.
Уровень 3	Уверенно применяет технологии самоорганизации и саморазвития, интегрируя их в профессиональную и личную деятельность, выстраивает долгосрочные цели и стратегически управляет своим временем.
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	Владеет не всеми навыками самоорганизации и управления временем, опыт применения ограничен.
Уровень 2	в целом владеет навыками планирования времени, постановки целей, организации личной деятельности и контроля над её выполнением.
Уровень 3	Владеет всеми необходимыми навыками эффективного управления временем, выстраивания индивидуальных траекторий развития, применения стратегий саморазвития и рефлексии в профессиональной и личной жизни.

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	основные концепции и подходы к самоорганизации, принципы тайм-менеджмента, технологии постановки целей, методы саморефлексии и самооценки, принципы непрерывного обучения и саморазвития в профессиональной и личной сферах (УК-6.1)
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	анализировать собственные ресурсы и возможности, планировать и организовывать свою деятельность, управлять временем, формулировать цели и задачи саморазвития, применять методы саморегуляции и рефлексии в профессиональной и личной практике (УК-6.2)
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
3.3.1	навыками эффективного управления временем, планирования и реализации индивидуальных траекторий развития, самоорганизации, использования технологий саморазвития и принципов образования в течение всей жизни (УК-6.3)

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Введение. Цель, задачи и практическое значение курса.						

1.1	Основные понятия и подходы к изучению данного явления. Различные подходы к пониманию феномена личности и ее самореализации. Самоактуализация и самореализация. /Лек/	3	1	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.2	Основные понятия и подходы к изучению данного явления. Различные подходы к пониманию феномена личности и ее самореализации. Самоактуализация и самореализация. /Пр/	3	1	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.3	Подготовка к семинару /Ср/	3	20	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
	<b>Раздел 2. Субъект и объект самопознания и самореализации. Сущность самореализации</b>						
2.1	Понятия объекта и субъекта самопознания. Стихийное и сознательное самопознание. Понятие самореализации. Самореализация индивида, его жизнедеятельность и самоосуществление. Самореализация как продуктивное самоосуществление. Самореализация и самоактуализация. Самореализация, свобода и необходимость. самореализация и ответственность. /Лек/	3	1	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
2.2	Понятия объекта и субъекта самопознания. Стихийное и сознательное самопознание. Понятие самореализации. Самореализация индивида, его жизнедеятельность и самоосуществление. Самореализация как продуктивное самоосуществление. Самореализация и самоактуализация. Самореализация, свобода и необходимость. самореализация и ответственность. /Пр/	3	1	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
2.3	Подготовка к семинару /Ср/	3	24	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
	<b>Раздел 3. Структура самореализации. Соотношение самопознания, самовоспитания и самореализации личности</b>						
3.1	Теория самоактуализация А.Маслоу: бытовая, экономическая и досуговая самореализация, ко второй – профессиональная, общественно-политическая (гражданская), семейная, коммуникативная и экономическая самореализация. Базовая самореализация: познавательная самореализация, нравственная и эстетическая. /Лек/	3	2	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

3.2	Внутренняя самореализация: концептуальная или самопознавательная самореализация, самовоспитательная самообразовательная оздоровительная самореализация и их взаимосвязь. Самоактуализация по А.Маслоу. К первой группе видов этой самореализации относятся: бытовая, экономическая и досуговая самореализация, ко второй – профессиональная, общественно-политическая (гражданская), семейная, коммуникативная и экономическая самореализация. Базовая самореализация: познавательная самореализация, нравственная и эстетическая.  /Пр/	3	2	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
3.3	Подготовка к семинару /Ср/	3	24	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
<b>Раздел 4. Методы самореализации личности</b>							
4.1	Переживание удовлетворения полнотой жизни – высший смысл целостной самореализации человека. Препятствия самореализации человека. Соотношение самопознания и самореализации. Соотношение самопознания и самовоспитания. Соотношение самовоспитания и самореализации  /Лек/	3	2	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
4.2	Переживание удовлетворения полнотой жизни – высший смысл целостной самореализации человека. Препятствия самореализации человека. Соотношение самопознания и самореализации. Соотношение самопознания и самовоспитания. Соотношение самовоспитания и самореализации  /Пр/	3	2	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
4.3	Подготовка к семинару /Ср/	3	24	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
<b>Раздел 5. Контроль</b>							
5.1	Контроль /Зачёт/	3	4	УК-6	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные вопросы:

1. В чём заключается различие между самоактуализацией и самореализацией?
2. Какие существуют подходы к пониманию феномена личности и её самореализации?
3. Какое значение имеет различие между объектом и субъектом самопознания?
4. Что такое стихийное и сознательное самопознание?
5. Как определяется самореализация в контексте личностного развития?
6. В чём проявляется взаимосвязь жизнедеятельности индивида и его самореализации?

7. Почему самореализацию называют продуктивным самоосуществлением?
8. Как соотносятся самореализация, свобода и необходимость?
9. В чём заключается связь между самореализацией и ответственностью?
10. Какие виды эзотерической (внутренней) самореализации выделяют?
11. Что включает в себя концептуальная (самопознавательная) самореализация?
12. Какие формы самореализации относятся к бытовой, экономической и досуговой сферам?
13. Какие виды самореализации включают профессиональную, гражданскую, семейную и коммуникативную деятельность?
14. Что понимается под базовой самореализацией?
15. В чём заключается смысл переживания удовлетворения полнотой жизни?
16. Какие внутренние и внешние препятствия могут мешать самореализации?
17. Как связаны между собой самопознание и самореализация?
18. В чём заключается взаимосвязь самопознания и самовоспитания?
19. Какие существуют подходы к пониманию связи самовоспитания и самореализации?
20. Какие ключевые идеи А. Маслоу лежат в основе теории самоактуализации?

Примеры тем обсуждения на семинаре:

1. Коллективное обсуждение «Роль знаний в жизни человека».

Представьте себе, что от знания какой-то информации зависит ваша жизнь.

Вашему вниманию предлагается фрагмент из одной книги. Это реальное событие, которое произошло с Жан-Пьер Алленом на юго-востоке Бурунди в Африке.

«Встав в пироге, я поджег бикфордов шнур. И вдруг вместо привычной вспышки с последующим характерным потрескиванием раздалось грозное шипение. Я тотчас размахнулся, чтобы отшвырнуть взрывчатку. Но было уже поздно. Две динамитные шашки взорвались в правой руке. Я полностью отключился, погрузившись в глубокое забытие. Затем неожиданно для себя обнаружил, что задыхающийся и ослепленный, тем не менее, инстинктивно колочу ногами по воде... Вдруг я заметил две приближающиеся, покрытые шипами зеленовато-серые торпеды... Метрах в тридцати от берега крокодилы настигли меня. Два гиганта, замеченных мной первыми, почти касались моих пяток. Когда я повернул голову, то увидел еще пятерых, приближающихся с правой стороны. Раньше мне приходилось плавать в водах, кишящих крокодилами. Поэтому я знал, как держать себя. Я изменил угол тела в воде и принял почти вертикальное положение, продолжая неуклюже плыть к берегу по-собачьи. Теперь крокодилы не могли расправиться со мной, так как строение их челюстей и неподвижная шея позволяют хватать добычу только в горизонтальном положении. Я медленно продвигался к берегу, отчаянно разбрызгивая вокруг себя воду... Я почувствовал, как крокодил, настигший меня сзади, касается моей спины, сдирая своими шипами остатки моей рубашки. Из последних сил, охваченный ужасом я бросился к берегу. Еще не веря самому себе, я коснулся ногой дна. Шатаясь, я выбрался из воды, оставив ни с чем флотилию рептилий».

Жан-Пьер остался жив, потому что знал особенности строения крокодила и то, как нужно плыть, когда рядом эти животные.

Предлагается поразмышлять: От каких знаний зависит наша с вами жизнь. В каких ситуациях эти знания могут помочь избежать опасности.

(Например, знание правил дорожного движения; знание закона всемирного тяготения). Каким образом мы можем приобретать важные для жизни знания?

Попробуйте сделать вывод:

Почему важно прилагать усилия, чтоб познавать окружающий нас мир? Как способность познавать окружающий мир связана с умением формулировать вопросы и находить на них ответы? Ответы запишите в рабочую тетрадь.

2. Работа в командах. Каждой команде дается бланк с вопросами-заданиями, на которые нужно дать ответы:

- Кто должен определять цель процесса саморазвития и самоорганизации?
- Какой, по вашему мнению, может быть эта цель?
- Каковы этапы саморазвития личности?
- Какие существуют средства, способы и приемы развития интеллекта?

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Эмоции и чувства личности. Психологическая устойчивость личности.
2. Результаты опросника «Самочувствие, активность, настроение» (САН) и их анализ.
3. Потенциал личности. Самомотивация. Модель самоорганизующейся личности.
4. Результаты опросника Милорадовой и Ишкова «Диагностика особенностей самоорганизации» и их анализ.
5. Основные теории в определении структуры личности в зарубежной и отечественной психологии: Г. Олпорт.
6. Результаты теста Л.Л. Терстоуна «Скрытые фигуры» и их анализ.
7. Основные теории в определении структуры личности в зарубежной и отечественной психологии: Д. Кеттел.
8. Результаты теста Кеттела «16-ти факторный личностный опросник» и их анализ.

Примерный перечень вопросов для промежуточного контроля:

1. Охарактеризуйте сущность понятий: человек, личность, индивид, субъект, индивидуальность и укажите взаимосвязь между ними.
2. Объясните, в чем заключается системный подход к пониманию человека.
3. Перечислите основные факторы развития личности и укажите значение каждого.
4. Расскажите, какие основные периоды в развитии проходит человек (можно использовать любую возрастную классификацию развития).
5. Перечислите основные психологические теории личности, кратко охарактеризовав предмет исследования.
6. Дайте определение деятельности и представьте схематично структуру деятельности.
7. Расскажите основное назначение техники SMART при постановке целей деятельности

8. Объясните специфику краткосрочного, среднесрочного и долгосрочного планирования деятельности с учетом конкретной методики планирования.
9. Охарактеризуйте, в чем заключается техника хронометража в анализе продуктивной деятельности.
10. Объясните суть темпо-ритмических характеристик человека.
11. Покажите взаимосвязь индивидуального стиля деятельности (в том числе учебной) от темперамента и других личностных особенностей.
12. Что собой представляет потребностно-мотивационная сфера личности и каковы возможности ее диагностирования?
13. Опишите понятие профессиональной карьеры и охарактеризуйте основные этапы ее планирования.
14. Объясните значение и особенности самообразовательной деятельности человека.
15. Опишите возможности корпоративного образования в системе образования Российской Федерации.
16. Определите, какие понятия (индивид, субъект, личность, индивидуальность) можно использовать к живому существу, выделенному в примере (ответ обоснуйте): У девочки отмечается медленность в моторике и речи, мышлении, других психических процессах, возникновении чувств, переключении с одной деятельности на другую. Ответ объясните.
17. Представьте на кольцах Эйлера понятия: человек, индивид, личность, индивидуальность.
18. Определите, какие понятия (индивид, субъект, личность, индивидуальность) можно использовать к живому существу, выделенному в примере (ответ обоснуйте): Дамир отличается от своих сверстников сообразительностью, образным мышлением. Ответ объясните.
19. Определите, какие понятия (индивид, субъект, личность, индивидуальность) можно использовать к живому существу, выделенному в примере (ответ обоснуйте): Василий студент группы. Ответ объясните.
20. Назовите основные методы самообразования, покажите их особенности, преимущества и ограничения.
21. Определите, какие понятия (индивид, субъект, личность, индивидуальность) можно использовать к живому существу, выделенному в примере (ответ обоснуйте): Рабочий Н. рассказал на молодежном собрании о своем распределении времени между занятиями спортом и учебой. Ответ объясните.
22. Представьте схематично структуру личности согласно идеям З.Фрейда и кратко опишите содержание ее компонентов.
23. Укажите основные проявления самоорганизация (т.е. что характерно для самоорганизующейся личности).
24. Назовите характеристики самоактуализирующихся людей и объясните те основания, с помощью которых они были сформулированы.
25. Укажите с помощью кругов Эйлера, составляющих содержание понятий, взаимосвязь между понятиями: самоорганизация, саморазвитие, самоуправление, самообразование.
26. Опишите сущностные характеристики самообразования.
27. Расскажите, как менялось отношение к самообразованию личности в истории человечества.
28. Опишите наполнение основных умений самообразовательной деятельности и проанализируйте уровень их развитости у себя.
29. Проведите сравнение объективистской и субъективистской антропологических концепций.
30. Расскажите о роли самообразования в жизни великих людей (достаточно одного примера).

Примеры кейсов:

Кейс 1.

Студент успешно учится, но испытывает внутреннюю неудовлетворённость, несмотря на хорошие оценки. Он не понимает, в чём его сильные стороны, и не может сформулировать жизненные цели.

Задание:

Проанализируйте ситуацию с позиции самопознания и самореализации. Какие шаги можно предложить студенту для осознанного самоопределения?

Кейс 2.

Молодой специалист быстро растёт в должности, но замечает, что в погоне за карьерой теряет интерес к работе и личностному развитию.

Задание:

Какую стратегию саморазвития и самореализации можно ему рекомендовать? Как ему выстроить баланс между профессиональным ростом и личной жизнью?

Кейс 3.

Человек уверен, что самореализация заключается исключительно в карьерных достижениях, при этом он не уделяет внимания самообразованию и самовоспитанию.

Задание:

Прокомментируйте его точку зрения. Какие виды самореализации существуют? Как можно объяснить важность гармоничного развития всех сфер личности?

Кейс 4.

Вы столкнулись с тем, что в коллективе сотрудники склонны перекладывать ответственность на других и не проявляют инициативу.

Задание:

Как принципы самореализации и самопознания могут помочь в изменении отношения к ответственности в команде?

Кейс 5.

Предприниматель сталкивается с трудностями в бизнесе, не понимает причин неудач и винит обстоятельства.

Задание:

С позиции концепции самореализации, как ему стоит подойти к самоанализу своих действий? Какие внутренние ресурсы можно активировать для преодоления кризиса?

## 5.2. Темы письменных работ

Тематика рефератов:

- 1 Самоорганизация и саморазвитие личности.
- 2 Закономерности и механизмы психической саморегуляции.
- 3 Стилиевые особенности саморегуляции произвольной активности.
- 4 Индивидуальные различия в саморегуляции при экстремальных условиях.
- 5 Механизмами внутриличностных защит.
- 6 Формирования саморегуляции произвольной активности младших школьников.
- 7 Способы повышения работоспособности.
- 8 Рациональное использование времени.
- 9 Гигиена умственного труда
- 10 Организация рабочего пространства.
- 11 Этапы создания системы самоорганизации
- 12 Биологические и психофизиологические концепции регуляции жизнедеятельности.
- 13 Психологические концепции регуляции психической деятельности.
- 14 Концепция осознанной саморегуляции О. А. Конопкина.
- 15 Концепция индивидуальных стилей саморегуляции В. И. Моросановой.
- 16 Обобщенная модель регуляции психической деятельности Ю. Я. Голикова и А.Н. Костина.
- 17 Концептуальная модель регуляторного опыта А. К. Осницкого.
- 18 Уровневая схема регуляции жизнедеятельности Г. Ш. Габдреевой.

### 5.3. Фонд оценочных средств

Закрытые тестовые вопросы:

ЭК-УК6\_з21 Без чего невозможно саморазвитие?

- а) цели
- б) сноровки
- в) денег
- г) связей

ЭК-УК6\_з22 Технология, позволяющая невосполнимое время жизни использовать в соответствии со своими личными и бизнес-целями и ценностями

- а) эвент-менеджмент
- б) тайм-менеджмент
- в) культура личности
- г) самоактуализация

ЭК-УК6\_з223 Становление и развитие современного этапа тайм-менеджмента связано с именем

- а) Г.А. Архангельского
- б) П.М. Керженцева
- в) А.К. Гастева
- г) Д.А. Гранина

ЭК-УК6\_з4 Определение, конструирование цели, формирование образа желаемого будущего.

- а) самоуправление
- б) тайм-менеджмент
- в) целеполагание
- г) самоограничение

ЭК-УК6\_з25 Стремление человека к наиболее полному выявлению и развитию своих личностных возможностей

- а) эмпатия
- б) самоактуализация
- в) самодиагностика
- г) рефлексия

ЭК-УК6\_з26 При определении приоритетов с помощью матрицы Эйзенхауэра все задачи делятся на:

- а) 4 категории
- б) 2 категории
- в) 3 категории
- г) 5 категорий

ЭК-УК6\_з27 Учет расходов личного времени путем простой письменной фиксации, дающий материал для анализа и принятия решений.

- а) матрица Эйзенхауэра
- б) Хронометраж
- в) анализ
- г) диспозиция

ЭК-УК6\_з28 условие или совокупность условий, наиболее подходящих для совершения определенного дела, решения конкретной задачи

- а) диспозиция
- б) карта
- в) обзор
- г) контекст

ЭК-УК6\_з29 наглядное представление информации (задач, сроков, справочных данных и т.д.), позволяющее легко видеть всю совокупность и взаимосвязь элементов и дающее возможность эффективно принимать решения.

- а) обзор
- б) контекст

в) наблюдение

г) анализ

ЭК-УК6\_330 технология представления потоков информации в виде, требующем минимального времени и психофизиологических ресурсов для ее поиска, анализа и понимания.

а) майнд-менеджмент

б) эвент-менеджмент

в) тайм-менеджмент

г) кросс-менеджмент

ЭК-УК6\_331 наиболее эффективный и простой способ организации мыслительной деятельности, основанный на использовании комбинированных записей (рисунков, слов, символов, линий).

а) ABC-анализ

б) Контент-анализ

в) Интеллект-карта

г) матрица Эйзенхауэра

ЭК-УК6\_332 крупные, сложные, требующие больших усилий задачи, иногда не имеющие жесткого срока исполнения

а) Задачи-слоны

б) Лягушки

в) Задачи-носороги

г) Хронофаги

ЭК-УК6\_333 мелкие, неприятные задачи, не требующие много времени и сил для их решения

а) Задачи-слоны

б) Лягушки

в) Задачи-носороги

г) Хронофаги

ЭК-УК6\_334 личная эффективность человека как

сотрудника конкретной организации, обусловленная его собственными усилиями и навыками самоорганизации а) персональная эффективность

б) самоуправление

в) эффективность процесса

г) целеполагание

ЭК-УК6\_335 договоренности, исполнение которых подкреплено санкциями

а) личные границы

б) инструменты

в) регламенты

г) постулаты

ЭК-УК6\_336 универсальная категория, отражающая важность

для человека тех или иных сфер, или ключевых областей, его жизни.

а) жизненные ценности

б) жизненные приоритеты

в) приоритетные конструкции

г) жизненные стереотипы

ЭК-УК6\_337 Какой момент обычно не присутствует в принятии решения?

а) интуиция

б) суждение

в) рациональность

г) рефлексия

ЭК-УК6\_338 Как называется принцип, в соответствии с которым, примерно

20% усилий и времени достаточно, чтобы получить 80% результата

а) ABC

б) Принцип Парето

в) Матрица приоритетности

г) матрица Эйзенхауэра

ЭК-УК6\_339 Согласно данной методике все дела делятся на 4 типа приоритетности:

A — и важные, и срочные;

B — важные, но несрочные;

C — неважные, но срочные;

D — неважные и несрочные

а) ABC

б) Принцип Парето

в) Матрица приоритетности

г) матрица Эйзенхауэра

ЭК-УК6\_340 Согласно данному методу все задачи

разделяются по важности

а) ABC-анализ

б) Контент-анализ

в) Интеллект-карта

г) матрица Эйзенхауэра

Открытые тестовые вопросы:

ЭК-УК6\_о31 Управление собственными личностными ресурсами, т.е. умение их приобретать, сохранять, развивать и рационально использовать и быть успешным и самодостаточным человеком – это....

ЭК-УК6\_о32 В психологии выделяют две группы мотивов познавательной деятельности. Какие?

ЭК-УК6\_о33 Хронофаги – это ...

ЭК-УК6\_о34 Саморазвитие – это ...

ЭК-УК6\_о35 Тожественным и неразрывно связанным с саморазвитием понятием является

ЭК-УК6\_о36 Как расшифровывается аббревиатура НОТ?

ЭК-УК6\_о37 Как одним словом можно назвать: нечеткую постановку цели, отсутствие приоритетов в делах, попытку слишком много сделать за один раз и т.п.

ЭК-УК6\_о38 способность решить задачу без затрат лишних усилий в наиболее подходящее для этого время, не всегда заранее заданное.

ЭК-УК6\_о39 В чем состоит суть метода Обзор?

ЭК-УК6\_о40 Что значит принять решение, оценив по определенным критериям, какие из поставленных задач и дел имеют первостепенное, а какие – второстепенное значение.

ЭК-УК6\_о41 инструмент построения всей системы работы компании, позволяющий как можно более эффективно использовать время каждого работника.

ЭК-УК6\_о42 наука управления временем, которая предлагает всевозможные техники и приемы, позволяющие распределить его более рационально и, благодаря этому, быстрее достигать своих целей

ЭК-УК6\_о43 В каком бестселлере автор предлагает целостную концепцию достижения личностной зрелости, которая достигается как бы в два этапа: от зависимости к независимости («личная победа»), от независимости – к сознательной взаимозависимости («общественная победа»).

ЭК-УК6\_о44 время, в течение которого работником или группой работников непосредственно выполняется производственное задание

ЭК-УК6\_о45 время затрачивается исполнителем на действия, обеспечивающие выполнение основной работы

ЭК-УК6\_о46 Принцип тайм-менеджмента предполагает рациональную смену двух составляющих процесса деятельности: «рабочее время», «время отдыха»

ЭК-УК6\_о47 Данный принцип в тайм-менеджменте основывается на формировании системы методов посредством трансформации особенностей процессов деятельности в ноу-хау

ЭК-УК6\_о48 результат анализа, прогнозирования, оптимизации, экономического обоснования и выбора альтернативы из множества вариантов достижения конкретной цели системы менеджмента

ЭК-УК6\_о49 выделение временного интервала на решение задач заданного типа (проект, спорт, социальные сети, рутинные занятия и т.д..

ЭК-УК6\_о50 количественный учет (хронометраж) различных видов (качественный аспект учета времени) жизнедеятельности

ЭК-УК6\_о51 Прокрастинация - это ...

ЭК-УК6\_о52 Один из самых больших вкладов в развитие методологии управления временем внёс американский политик

ЭК-УК6\_о53 Основоположителем научной организации труда является

ЭК-УК6\_о54 Декомпозиция – это ...

ЭК-УК6\_о55 Суть этого метода заключается в постепенном создании «дырочек в сыре» — в выполнении кусков дела

ЭК-УК6\_о56 Какой закон утверждает, что чем больше времени на задание у вас выделено, тем дольше вы будете выполнять это задание, независимо от его размера

ЭК-УК6\_о57 интерактивные программы для планирования задач, мониторинга работы и автоматизации бизнес-процессов.

ЭК-УК6\_о58 Основателем какой системы считается российский специалист по вопросам прокрастинации Максим Дорофеев, который считает, что важно экономить запас умственных сил, чтобы использовать их только в подходящий момент

ЭК-УК6\_о59 время, затрачиваемое на выполнение обязанностей в соответствии с условиями трудового договора.

ЭК-УК6\_о60 подход к постановке целей, который помогает выбрать формулировку желаемого результата, дает чувство направления и помогает организовать и достичь целей

#### 5.4. Перечень видов оценочных средств

Критерии оценивания ответа студента в рамках устной формы текущей аттестации (опрос)

Опрос – фронтальная форма контроля, представляющая собой ответы на вопросы преподавателя в устной форме.

Продвинутый уровень («отлично»). Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, системно показана совокупность освоенных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Ответ формулируется при помощи научного категориально-понятийного аппарата, изложен последовательно, логично, доказательно, демонстрирует авторскую позицию студента.

Углубленный уровень («хорошо»). Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен последовательно, логично и доказательно, однако допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа.

Базовый уровень («удовлетворительно»). Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и

несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен научным языком. Могут быть допущены 2-3 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно. Нулевой уровень («неудовлетворительно»). Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связи между понятиями, концептуальные пересечения, структурные закономерности между различными объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

#### Критерии оценивания дискуссии на семинаре

Дискуссия - это обсуждение проблем и спорных вопросов определенной тематики, активизирующее процесс обучения, изучения сложной темы, теоретической проблемы.

Продвинутый уровень («отлично») Активно участвует в обсуждении темы семинаров, подготовлен к обсуждению всех вопросов по теме

Углубленный уровень («хорошо») Активно участвует в обсуждении темы семинаров, но не по всем вопросам

Базовый уровень («удовлетворительно») Слабо участвует в обсуждении темы семинара

Нулевой уровень («неудовлетворительно») Практически не участвует в обсуждении темы семинара

#### Критерии оценивания тестирования

Тест - система формализованных заданий, по результатам выполнения которых можно судить об уровне развития определённых качеств испытуемого, а также о его знаниях, умениях и навыках.

Поскольку оценивание результатов тестирования напрямую зависит от абсолютного количества вопросов в конкретном тесте, представленная ниже информация фиксирует критерии оценивания в относительном представлении:

Продвинутый уровень («отлично»). Демонстрирует полное понимание поставленных вопросов. Количество правильных ответов - 86-100%.

Углубленный уровень («хорошо»). Демонстрирует значительное понимание сути поставленных вопросов. Количество правильных ответов - от 70 до 85 %.

Базовый уровень («удовлетворительно»). Демонстрирует частичное понимание сути поставленных вопросов. Количество правильных ответов - от 60 до 69%.

Нулевой уровень («неудовлетворительно»). Ответы на поставленные вопросы не получены. Количество правильных ответов - менее 60 %.

#### Критерии оценивания реферата / эссе / письменной работы

Реферат – Типовые контрольные задания (темы рефератов), описание показателей и критериев, шкал, методические материалы, определяющие процедуру сформированности результатов обучения.

Эссе - это краткая письменная работа, отражающая мнение автора по заданному вопросу.

Продвинутый уровень («отлично»). Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если содержание письменной работы соответствует заявленной в названии тематике, документ оформлен в соответствии с общими требованиями написания и техническими требованиями; работа имеет чёткую композицию и структуру, в тексте отсутствуют логические нарушения в представлении материала; корректно оформлены и в полном объёме представлены, как минимум, сноски и ссылки на использованную литературу; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в авторском тексте; письменная работа представляет собой самостоятельное исследование, представлен качественный анализ найденного материала, отсутствуют факты некорректных заимствований.

Углубленный уровень («хорошо»). Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если содержание письменной работы соответствует заявленной в названии тематике; работа оформлена в соответствии с общими требованиями написания, но есть погрешности в техническом оформлении; письменная работа имеет чёткую композицию и структуру; в тексте работы отсутствуют логические нарушения в представлении материала; в полном объёме представлены список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; корректно оформлены и в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу; отсутствуют орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в авторском тексте; письменная работа представляет собой самостоятельное исследование, представлен качественный анализ найденного материала, отсутствуют факты некорректных заимствований.

Базовый уровень («удовлетворительно»). Оценка «удовлетворительно», если содержание письменной работы соответствует заявленной в названии тематике; в целом работа оформлена в соответствии с общими требованиями написания соответствующих текстов, но есть погрешности в техническом оформлении; в целом письменная работа имеет чёткую композицию и структуру, но в тексте есть логические нарушения в представлении материала; в полном объёме представлен список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; некорректно оформлены или не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте работы; есть единичные орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в авторском тексте; в целом письменная работа представляет собой самостоятельное исследование, представлен анализ найденного материала, присутствуют единичные случаи незначительных по содержанию некорректных заимствований.

Нулевой уровень («неудовлетворительно»). Оценка «неудовлетворительно», если содержание письменной работы соответствует заявленной в названии тематике; в работе отмечены нарушения общих требований её написания; есть погрешности в техническом оформлении; в целом письменная работа имеет чёткую композицию и структуру, но в тексте есть логические нарушения в представлении материала; в полном объёме представлен список использованной литературы, но есть ошибки в оформлении; некорректно оформлены или не в полном объёме представлены ссылки на использованную литературу в тексте письменной работы; есть частые орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в авторском тексте; письменная работа не представляет собой самостоятельного

исследования, отсутствует анализ найденного материала, текст фрагментарно представляет собой некорректные заимствования трудов другого автора (других авторов).

Критерии оценивания выполнения практических работ

Практическая работа - работа студента, направленная на решение задач или заданий, требующих поиска обоснованного ответа.

Продвинутый уровень («отлично»). Обучающийся глубоко и прочно освоил материал выполненной практической работы, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с полученными практическими данными, свободно справляется с типовыми вопросами по теме практической работы, причем не затрудняется с ответом при возможном видоизменении заданий.

Углубленный уровень («хорошо»). Обучающийся твердо знает материал выполненной практической работы, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на типовые вопросы, правильно применяет теоретические положения при постановке задания по практической работе, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, но затрудняется с ответом при видоизменении заданий, при обосновании полученных данных возникают незначительные затруднения в использовании изученного материала.

Базовый уровень («удовлетворительно»). Обучающийся имеет фрагментарные знания по материалам практической работы, но не усвоил основные детали деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении представленного материала.

Нулевой уровень («неудовлетворительно»). Обучающийся не владеет материалом по теме практической работы

Критерии оценивания решения задач (кейс-заданий, ситуационных задач, творческих задач)

Решение задач – вопросы и типовые контрольные задания (задачи), описание показателей и критериев, шкал, методические материалы, определяющие процедуру оценивания уровней сформированности результатов.

Решение ситуационных задач – решение и анализ конкретных задач-ситуаций, требующее от обучаемого оценки полученных результатов, соблюдая последовательность применяемых методов исследования.

Метод анализа конкретной ситуации (комплексной ситуационной задачи) (КС, кейс стадиз) представляет собой изучение и принятие решений по ситуации, которая возникла в результате происшедших событий или может возникнуть при определенных обстоятельствах в конкретной организации в тот или иной момент; позволяет оценить приобретенные умения и навыки

Решение проблемно-значимых задач - проблемно-значимые задачи для решения в группах с последующим обсуждением (метод развивающейся кооперации).

Продвинутый уровень («отлично»). Обучающийся способен самостоятельно решать типовые задачи, используя теоретические знания и учебно-методический материал по заданной теме и применяя оригинальный подход к решению задач. Все задачи решены правильно

Углубленный уровень («хорошо»). Обучающийся способен самостоятельно решать типовые задачи, используя теоретические знания и учебно-методический материал по заданной теме, от 80 до 90 % задач решены правильно

Базовый уровень («удовлетворительно»). Обучающийся способен решать типовые задачи, оперируя лишь отдельными действиями, умениями, знаниями, от 60 до 70% задач решены правильно

Нулевой уровень («неудовлетворительно»). Обучающийся не способен решать типовые задачи

Критерии оценивания ответа в рамках промежуточной аттестации (зачет)

Базовый уровень («зачтено»). Обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач. Продемонстрировано умение реализовать компетенцию в типовых ситуациях и в ситуациях повышенной сложности, а также в нестандартных и непредвиденных ситуациях, создавая при этом новые правила и алгоритмы действий.

Нулевой уровень («не зачтено»). Обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Отсутствует умение реализовать компетенцию в типовых ситуациях.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Ссылка	Издательство, год
ЛП.1	Московцева Л. В., Пахомова Н. Г., Митрофанова О. Н.	Технологии самоорганизации и самообразования: учебное пособие	<a href="https://e.lanbook.com/book/247253">https://e.lanbook.com/book/247253</a>	Липецк: Липецкий ГТУ, 2021
ЛП.2	Зюзина Н. Н.	Личностный рост и саморазвитие: техники и стратегии: курс лекций	<a href="https://e.lanbook.com/book/314084">https://e.lanbook.com/book/314084</a>	Липецк: Липецкий ГТУ, 2022
ЛП.3	Котова С. С.	Технологии самоорганизации и саморазвития: монография	<a href="https://e.lanbook.com/book/352508">https://e.lanbook.com/book/352508</a>	Екатеринбург: РГППУ, 2022
ЛП.4	Оськина С. В.	Технологии самоорганизации и саморазвития личности: учебное пособие	<a href="https://e.lanbook.com/book/391340">https://e.lanbook.com/book/391340</a>	Тула: ТулГУ, 2023

<b>6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"</b>	
Э1	Официальный сайт Федерального агентства по рыболовству. – <a href="http://fish.gov.ru/">http://fish.gov.ru/</a>
Э2	Официальный сайт Российского клуба финансовых директоров. – <a href="http://клуб-финансовых-директоров.рф/">http://клуб-финансовых-директоров.рф/</a>
Э3	Универсальная научно-популярная энциклопедия Кругосвет. - <a href="https://www.krugosvet.ru/">https://www.krugosvet.ru/</a>
Э4	Центр «Прожито». - <a href="https://prozhito.org/">https://prozhito.org/</a>
Э5	Эволюция человека. Происхождение человечества - Антропогенез.РУ. - <a href="https://antropogenez.ru/">https://antropogenez.ru/</a>
Э6	Naked Science — новости науки. - <a href="https://naked-science.ru/">https://naked-science.ru/</a>
<b>6.3.1 Перечень программного обеспечения</b>	
6.3.1.1	Образовательный портал Moodle. Образовательный портал ДРТИ построен на обучающей виртуальной среде Moodle и доступен по адресу <a href="https://www.портал.дрти.рф">https://www.портал.дрти.рф</a> из любой точки, имеющей подключение к сети Интернет, в том числе из локальной сети ДРТИ. Образовательный портал ДРТИ подходит как для организации online- классов, так и для традиционного обучения. Портал разделен на «открытую» (общедоступную) и «закрытую» части. Доступ к закрытой части осуществляется после предъявления персональной пары «логин-пароль» преподавателем или студентом.
6.3.1.2	1С:Предприятие 8.0. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях
6.3.1.3	ABBYY FineReader 8.0 Corporate Edition Система оптического распознавания текста
6.3.1.4	STDU Viewer. Программа для просмотра электронных документов
6.3.1.5	Google Chrome, Opera Браузер
6.3.1.6	Windows NT. Графические, интерактивные, многозадачные оперативные системы корпорации Microsoft
6.3.1.7	Dr.Web. Антивирусные программные продукты
6.3.1.8	Microsoft Office. Приложения – офисные редакторы для работы с текстовыми документами, электронными таблицами, электронными сообщениями, базами данных, изображениями и т.д.
6.3.1.9	7-zip. Архиватор
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>	

<b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
106	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа Аудитория № 106 на 88 посадочных мест, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Учебные парты-скамьи для обучающихся; стол, стул для преподавателя; доска меловая, кафедра. Набор демонстрационного оборудования (стационарный): персональный компьютер, веб-камера, телевизионная LCD панель, звукоусилитель, радиомикрофоны, трансляционные динамики. Лек
205	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практические занятия) Аудитория № 205 на 60 посадочных мест, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Учебные парты-скамьи для обучающихся; стол, стул для преподавателя; доска меловая, кафедра; стойка для проектора. Набор демонстрационного оборудования: интерактивный комплекс, в составе интерактивной панели 86'', связанной с персональным компьютером (имеет выход в Интернет и внутриинформационную сеть) Пр
213	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практические занятия) Аудитория № 213 на 26 посадочных мест, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Учебные парты, стулья для обучающихся; стол, стул для преподавателя; доска меловая, кафедра; стенды и стеллажи для учебно-наглядных пособий. Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран, проектор, ноутбук. Пр
213	Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Аудитория № 213 на 26 посадочных мест, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Учебные парты, стулья для обучающихся; стол, стул для преподавателя; доска меловая, кафедра; стенды и стеллажи для учебно-наглядных пособий. Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран, проектор, ноутбук.
213	Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации Аудитория № 213 на 26 посадочных мест, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения. Учебные парты, стулья для обучающихся; стол, стул для преподавателя; доска меловая, кафедра; стенды и стеллажи для учебно-наглядных пособий. Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран, проектор, ноутбук.

105 Учебная аудитория для самостоятельной работы Аудитория 105 (компьютерный класс), укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, в том числе оснащенный персональными компьютерами в полной комплектации с возможностью подключения к сети «Интернет» на 18 рабочих мест. Рабочие места для обучающихся: компьютерные столы, стулья, персональные компьютеры. Рабочее место для преподавателя: компьютерный стол, стул, персональный компьютер. Доска меловая, доска магнитно-маркерная. Набор демонстрационного оборудования (переносной): экран, проектор, ноутбук.  
Ср

#### **8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1. Готовкина М.С. Методические указания по самостоятельной работе по дисциплине «Технологии самоорганизации и саморазвития личности» для обучающихся по программам бакалавриата [Электронный ресурс] – Рыбное, 2025. Режим доступа: <https://www.портал.дрти.рф>
2. Готовкина М.С. Методические указания по практическим занятиям по дисциплине «Технологии самоорганизации и саморазвития личности» для обучающихся по программам бакалавриата [Электронный ресурс] – Рыбное, 2025. Режим доступа: <https://www.портал.дрти.рф>

**Особенности реализации РПД при наличии в контингенте обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по зрению**

В Университете в рамках создания безбарьерной образовательной среды для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по зрению организованы информационные указатели с использованием тактильного шрифта по системе Брайля. Сайт Института имеет версию для слабовидящих.

1. Реализация РПД может осуществляться с использованием дистанционных технологий.
2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) могут быть представлены в аудиоформате.
3. Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине устанавливается для обучающихся с ОВЗ с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).
4. При проведении промежуточного контроля обучающемуся при необходимости предоставляется ассистент.
5. При проведении промежуточного и текущего контроля с использованием ассистивных средств обучающемуся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

**Особенности реализации РПД при наличии в контингенте обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по слуху**

1. Реализация РПД может осуществляться с использованием дистанционных технологий.
2. При проведении практических (лабораторных) занятий производится дублирование звуковой справочной информации визуальной.
3. Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине устанавливается для обучающихся с ОВЗ с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).
4. При проведении промежуточного контроля обучающемуся при необходимости предоставляется ассистент.
5. При проведении промежуточного и текущего контроля с использованием ассистивных средств обучающемуся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

**Особенности реализации РПД при наличии в контингенте обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата**

В Институте в рамках создания безбарьерной образовательной среды для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, корпуса, в которых реализуется образовательная деятельность, укомплектованы необходимым оборудованием для облегчения доступа в аудитории и обслуживающие помещения.

1. Реализация РПД может осуществляться с использованием дистанционных технологий.
2. При проведении практических (лабораторных) занятий обеспечивается возможность освоения практических навыков обучающимся с ОВЗ с учетом его индивидуальных физических возможностей.
3. Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине устанавливается для обучающихся с ОВЗ с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).
4. При проведении промежуточного контроля обучающемуся при необходимости предоставляется ассистент.