

Компонент программы аспирантуры 5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания (физическая культура)  
шифр и наименование научной специальности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины  
(модуля)

Технология личностной самоорганизации

Разработчик (и):

Шемерко А.С.

ФИО

Доцент кафедры ЗиАФК

должность

канд пед. наук

ученая степень,  
звание

Утверждено на заседании кафедры

здоровьесбережения и адаптивной

физической культуры

наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК



подпись

А.С. Шемерко

Мурманск  
2024

## Пояснительная записка

Объем дисциплины 2 з.е.

### 1. В результате изучения дисциплины (модуля) аспирант должен:

**Знать:** личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели, основные подходы к определению понятия «самоорганизация», понятие самоорганизации личности, структурные компоненты самоорганизации личности, роль и значение самоорганизации в эффективности учебной и профессиональной деятельности; взаимосвязь самоорганизации с самопроцессами – понятиями «саморегуляция», «самоуправление» и т.д.

**Уметь:** достраивать индивидуальную траекторию саморазвития при получении профессионального образования, выявлять уровень развития как самоорганизации в целом, так и ее отдельных структурных компонентов, разрабатывать собственный проект развития самоорганизации.

**Владеть:** методами самоконтроля, методиками выявления уровня развития самоорганизации и ее отдельных структурных компонентов, методиками развития самоорганизации, в том числе ее структурных компонентов.

### 2. Содержание дисциплины (модуля)

#### Тема 1. Самоорганизация личности, ее сущность

Генезис понятия «самоорганизация». Основные подходы к изучению самоорганизации в психолого-педагогической науке. Структурные компоненты самоорганизации личности.

#### Тема 2. Роль и значение самоорганизации в процессе реализации стратегии жизненного и профессионального пути

Роль и значение самоорганизации в эффективности учебной и профессиональной деятельности. Взаимосвязь самоорганизации с самопроцессами – понятиями «саморегуляция», «самоуправление» и «рефлексия».

#### Тема 3. Диагностика развития самоорганизации

Диагностические методики, направленные на выявление уровня развития структурных компонентов самоорганизации.

#### Тема 4. Методика развития самоорганизации личности

Принципы развития самоорганизации. Методы развития самоорганизации. Средства развития самоорганизации. Проект развития самоорганизации будущего педагога.

### 3. Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины (модуля)

- мультимедийные презентационные материалы по дисциплине (модулю) представлены в электронном курсе в ЭИОС МАУ;

- методические указания к выполнению лабораторных/практических/ представлены в электронном курсе в ЭИОС МАУ;

- методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) представлены на официальном сайте МАУ в разделе «Информация по образовательным программам, в том числе адаптированным».

### 4. Перечень учебных изданий (печатные издания и ресурсы электронно-библиотечных систем)

*Основная литература:*

1. Дрецинский, В. А. *Методология научных исследований : учебник для бакалавриата и магистратуры* / В. А. Дрецинский. — 2-е изд., пер. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 274 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/metodologiya-nauchnyh-issledovaniy-423567#page/1>

2. Куприянов, Д. В. *Информационное и технологическое обеспечение профессиональной деятельности : учебник и практикум для прикладного бакалавриата* / Д. В. Куприянов. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 255 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/informacionnoe-i-tehnologicheskoe-obespechenie-professionalnoy-deyatelnosti-413835#page/1>

**Дополнительная литература:**

3. Петряков, П. А. *Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для СПО* / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 197 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/proektnoe-obuchenie-osnovam-zdorovogo-obraza-zhizni-425586#page/1>

4. Тихомирова, Л. Ф. *Здоровьесберегающая педагогика : учебник для академического бакалавриата* / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 251 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/zdorovesberegayuschaya-pedagogika-420463#page/1>

**5. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1) Государственная система правовой информации - официальный интернет-портал правовой информации- URL: <http://pravo.gov.ru>

2) Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» - URL: <http://window.edu.ru>

3) Справочно-правовая система. Консультант Плюс - URL: <http://www.consultant.ru/>

**6. Обеспечение освоения дисциплины лиц с инвалидностью и ОВЗ**

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечиваются печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) представлено в приложении к программе аспирантуры «Материально-технические условия реализации программы аспирантуры».

**8. Распределение трудоемкости по видам учебной деятельности**

Таблица 1 - Распределение трудоемкости

Вид учебной деятельности	Очная форма обучения				Всего часов
	семестр				
	4				

Лекции	6				6
Практические занятия					
Лабораторные работы					
Самостоятельная работа	66				66
Подготовка к промежуточной аттестации					
Всего часов по дисциплине					

Формы промежуточной аттестации и текущего контроля					
Экзамен					
Зачет/зачет с оценкой	+				

### Перечень практических занятий

№ п/п	Темы практических занятий
1	Диагностика развития самоорганизации
2	Методика развития самоорганизации личности