МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра педагогики и специального образования

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

_____ В.И. Мишанина
(подпись)

«21» февраля 2023 г.

Рабочая программа дисциплины

САМООРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль) образовательной программы:	Дошкольное образование; Дополнительное образование

Шуя

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности» является формирование культуры учебно-профессиональной деятельности, овладение студентами ценностными ориентациями и опытом учебно-профессиональной деятельности в вузе.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности» является обязательной для изучения; относится к формируемой участниками образовательных отношений части блока дисциплин Б1, входит в предметно- методический модуль.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к подготовке к сдаче и сдача государственного экзамена, выполнению и защите выпускной квалификационной работы.

Студент, приступающий к изучению данной дисциплины, должен:

Знать:

- особенности системного и критического мышления;
- психологию личности, механизмы и факторы ее развития;
- современные информационные технологии и программные средства, необходимые для решения задач профессиональной деятельности.

Уметь:

- аргументированно формировать собственное суждение и оценку информации;
- действовать критично, выполнять анализ проделанной работы для достижения поставленной цели;
- выбирать современные информационные технологии и программные средства для решения задач профессиональной деятельности.

Владеть:

- навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений;
- методами самодиагностики развития личности;
- навыками применения современных информационных технологий и программных средств при решении задач профессиональной деятельности.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные компетенции (УК) и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и	УК-1.1. Демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и

	синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	готовность к нему. УК-1.2. Применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности. УК-1.3. Анализирует источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения. УК-1.4. Анализирует ранее сложившиеся в науке оценки информации. УК-1.5. Сопоставляет разные источники информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений. УК-1.6. Аргументировано формирует собственное суждение и оценку информации, принимает обоснованное решение. УК-1.7. Определяет практические последствия предложенного решения задачи.
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбере-жение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития. УК-6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста. УК-6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами. УК-6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.

б) общепрофессиональные компетенции (ОПК) и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-9. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	ОПК-9.1. Знает современные информационные технологии и программные средства, необходимые для решения задач профессиональной деятельности. ОПК-9.2. Умеет выбирать современные информационные технологии и программные средства для решения задач профессиональной деятельности. ОПК-9.3. Имеет навыки применения современных информационных технологий и программных средств при решении задач профессиональной деятельности.

3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения формируемых компетенций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

– основы современных технологий сбора, обработки и представления информации (УК-1 (индикаторы – 1, 2,3,4.5.6.7);

– психологию деятельности и поведения (УК-6 (индикаторы – 1, 2,3,4);

– современные информационные технологии и программные средства, необходимые для решения задач профессиональной деятельности (ОПК-9 (индикаторы – 1, 2,3).

Уметь:

– осуществлять корректный подбор методов анализа, проводить обработку данных исследования и правильную интерпретацию результатов (УК-1 (индикаторы – 1, 2,3,4.5.6.7);

– планировать свою деятельность (составлять общий план предстоящей деятельности, определять последовательность действий, организовывать рабочее место и временную организацию деятельности) (УК-6 (индикаторы – 1, 2,3,4);

– выбирать современные информационные технологии и программные средства для решения задач профессиональной деятельности (ОПК-9 (индикаторы – 1, 2,3).

Владеть:

– навыками определения практических последствий предложенного решения задач (УК-1 (индикаторы – 1, 2,3,4,5,6,7);

– методами организации учебно-профессиональной и досуговой деятельности (УК-6 (индикаторы – 1, 2,3,4);

– навыками применения современных информационных технологий и программных средств при решении задач профессиональной деятельности (ОПК-9 (индикаторы – 1, 2,3).

4. Объём и содержание дисциплины

Очная форма обучения
Объём дисциплины составляет 4 зачётных единицы (108 час.)
Контактная работа 49,83 час.
Самостоятельная работа 58,17 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	1 сем.	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	24	33
Практические занятия	24	
Групповые консультации перед экзаменом	1,5	-
Экзамен	0,33	25,17
Всего	49,83	58,17

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и объемом учебных занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа обучающегося	
				Лаб.	Пр.		
1.	Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студентов вузов как психолого-педагогическая проблема	1	6	-	6	8	
2.	Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студентов	1	6	-	6	8	ТК1-коллоквиум
3.	Учебно-исследовательская работа студентов вузов	1	6	-	6	8	
4.	Организация самостоятельной работы студентов вузов	1	6	-	6	9	ТК2-дискуссия
ИТОГО			24	-	24	33	экзамен

4.2. Развернутое описание содержания учебного материала по разделам (темам)

Тема 1. Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студентов вузов как психолого-педагогическая проблема

Особенности обучения в вузе. Определение учебно-профессиональной деятельности

студентов вузов. Разнообразие подходов к трактовке понятия «самоорганизация учебно-профессиональной деятельности». Структурные компоненты самоорганизации. Основные функции самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов. Структурно-функциональные модели самоорганизации. Культура умственного труда. Совершенствование познавательной деятельности студентов.

Тема 2. Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студентов

Самообразование и самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студента. Организация и управление временем. Планирование и конструирование поэтапного осуществления учебной деятельности. Самоорганизация учебной деятельности студентов на лекции. Самостоятельная подготовка к практическим занятиям. Самоорганизация учебной деятельности студентов при подготовке и в ходе экзамена. Технологии работы с различными источниками информации.

Тема 3. Учебно-исследовательская работа студентов вузов

Учебно-исследовательская работа студента. Работа над рефератом и курсовой работой. Работа над выпускной квалификационной работой. Работа над научной статьей. Эссе как форма учебно-исследовательской работы студента. Подготовка к участию в олимпиадах, конкурсах. Совершенствование техники самостоятельной учебно-исследовательской работы студента в течение учебного года.

Тема 4. Организация самостоятельной работы студентов вузов

Самостоятельная работа как способ самоорганизации студентов. Основные характеристики самостоятельной работы студентов. Параметры и возможные формы организованной самостоятельной работы студентов. Условия эффективности самостоятельной работы студентов. Методическое обеспечение самостоятельной работы студентов вузов. Организация самостоятельной работы студентов. Методы, формы, технологии организации самостоятельной работы студентов.

5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки «Педагогическое образование» в программе дисциплины предусмотрено использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (разбор конкретных педагогических ситуаций, учебные дискуссии, технологии кооперативного обучения, развития критического мышления, проектирования, консультирования, рефлексивные технологии и др.). Эти технологии в сочетании с внеаудиторной работой решают задачи формирования и развития профессиональных умений и навыков обучающихся, как основы профессиональной компетентности в сфере образования, содействуют развитию общекультурных компетенций бакалавров.

Практические задания, используемые на семинарских занятиях, имеют целью разработку собственного педагогического видения, подхода к решению профессионально-педагогических проблем воспитания и обучения.

Информационные технологии: мультимедиа технологии, использование поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных; использование электронной почты преподавателей и обучающихся для рассылки.

Информационные справочные системы: в ходе реализации целей и задач учебного процесса обучающиеся могут при необходимости использовать возможности информационно-справочных систем (Wiki, Nupedia, Рубрикон и т.п.), электронных библиотек (Koob.ru, Руконт, Elibrary.ru и т.д.) и архивов.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Усилению практико-ориентированного характера учебного курса способствуют различные виды самостоятельной работы студентов, направленные на отработку умений организации и осуществления педагогического взаимодействия и решение задач самообразования.

Виды самостоятельной работы студентов:

1) выполнение домашних практических заданий (составление психологического словаря; разработка интеллектуальных карт, подготовка презентаций и др.);
2) составление схем и таблиц по изучаемым теоретическим темам;
3) подготовка и проведение практических занятий в условиях позиционной модели обучения;
4) повторение разделов программы с целью подготовки к промежуточной аттестации.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в приложении 1 к настоящей программе. Доступ к методическим материалам осуществляется через сайт Шуйского филиала ИвГУ, в том числе через ЭБС Шуйского филиала ИвГУ на платформе «Руконт».

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в Приложении 1 к рабочей программе.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, выполнения семестрового плана самостоятельной работы. Текущий контроль 1 проводятся в форме коллоквиума. Текущий контроль 2 проводятся в форме дискуссии.

Средство оценки	Показатели и критерии оценки
Устный опрос	Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях. Критерии оценивания: Полнота и правильность ответа: содержание материала раскрыто в полном объеме, предусмотренным программой и учебником; не полно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса, достаточное для дальнейшего изучения программного материала; не раскрыто основное содержание учебного материала Последовательность изложения: содержание материала раскрыто последовательно, достаточно хорошо продумано; последовательность изложения материала недостаточно продумана; путаница в изложении материала. Степень осознанности, понимания изученного: применение

	конкретных примеров, показано умение иллюстрировать материал конкретными примерами; приведение примеров вызывает затруднение; неумение приводить примеры при объяснении материала Языковое оформление ответа: владение речью и терминологией: материал изложен грамотным языком, с точным использованием терминологии; в изложении материала имелись затруднения и допущены ошибки в определении понятий и в использовании терминологии; допущены ошибки в определении понятий Степень самостоятельности: содержание материала изложено самостоятельно, без наводящих вопросов; содержание материала излагалось с помощью наводящих вопросов и подсказок; содержание материала излагалось с многочисленными подсказками, показавшими незнание или непонимание большей части учебного материала
Кроссворд	Каждому студенту дается задание составить кроссворд по курсу «Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности» Требования к вопросам: - они должны быть понятными и лаконичными; -вопросы должны быть однозначными, не двусмысленными; -вопросы должны быть составлены по всем темам дисциплины; -количество вопросов по вертикали - 10; по горизонтали - 10. Оформление кроссвордов: - титульный лист; -сам кроссворд; - перечень вопросов по вертикали и по горизонтали; - ответы. Составляют кроссворды студенты дома, а отгадывают на практическом занятии во время проведения текущего контроля 1. Время отгадывания кроссворда 30 минут.
Интеллектуальная карта	При составлении интеллект- карт студенты придерживаются следующих принципов: — в центре карты помещается тема, основное понятие, изучаемой дисциплины. — от центра отходят блоки — подтемы. С центральной ячейкой они соединяются стрелками или линиями, их называют «ветки». — от подтемы могут быть другие ответвления. Количество их не ограничено, будет зависеть от сложности темы и её специфики. — блоки карты можно выделить разными цветами для лёгкого восприятия. Использовать более крупный и мелкий текст, чтобы подчеркнуть важность блоков.
Коллоквиум	Критерии оценки коллоквиума: максимум 10 баллов, каждый критерий 0-2 балла

	– Сформулирована проблема и обоснована её актуальность – Сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему – Ллогично изложена собственная позиция – Сформулированы выводы, тема раскрыта полностью – Высокий уровень самостоятельности и оригинальности ответа
Семестровый план самостоятельной работы	Студенты выполняют 6 заданий по дисциплине «Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности». За каждое правильно выполненное задание студент получает 5 баллов. Максимальное количество баллов- 30.

Итоговым контролем освоения обучающимися дисциплины «Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности» является устный экзамен с использованием рейтинговой системы. Вопросы к экзамену находятся в приложении к РП в разделе «Фонд оценочных средств»

Минимальные требования, при выполнении которых студент получает «удовлетворительно» на экзамене: экзамен выставляется студенту, набравшему 61 балл и выше (с учетом семестрового рейтинга)

На экзаменах контролируемые компетенции проверяются тремя видами оценочных средств: разноуровневые задания (теоретический вопрос, задания реконструктивного уровня, задания творческого уровня).

Пороговый уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется устным ответом на теоретический вопрос. Максимальный балл- 10.

Критерии оценки устного ответа:

9-10 баллов – студент представил полный, содержательный ответ на вопрос, изложил теоретический материал логично и последовательно, аргументировал ответ примерами, на высоком уровне владеет специальной терминологией, умеет высказывать собственную позицию по существу вопроса и её обосновать.

8-6 баллов – студент представил достаточно полный, содержательный ответ на вопрос, изложил теоретический материал последовательно, аргументировал ответ примерами, на достаточном уровне владеет специальной терминологией, умеет высказывать собственную позицию по существу вопроса, но затрудняется её обосновать.

5-1 балла – студент представил поверхностный ответ на вопрос при помощи наводящих вопросов преподавателя, прослеживалось нарушение логики изложения теоретического материала, испытывал затруднения аргументировать ответы примерами, владеет специальной терминологией, но использует её неосознанно, высказывать собственную позицию по существу вопроса без обоснования.

0 баллов – студент отказался отвечать на вопрос или ответил не правильно.

Базовый уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется с помощью заданий реконструктивного уровня (контрольная работа).

Максимальный балл- 10.

Повышенный уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется с помощью задания творческого уровня: студент составляет кроссворд. Студент получает задание за 3 недели до экзамена, сдает его за 3 дня до экзамена, отгадывает на экзамене.

Кроссворд оценивается по следующим критериям:

1. Вопросы сформулированы по всему изученному материалу.
2. Количество вопросов не менее 10-по вертикали и 10 по горизонтали.
3. Вопросы должны быть лаконичными, однозначными.
4. Оформление.

Каждый критерий оценивается от 0 до 2,5 баллов, где 0 – плохо, 1 – удовлетворительно, 2 – хорошо, 2,5 – отлично):

Максимум 10 баллов.

Шкала оценки результатов освоения дисциплины
«Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности»

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов
отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно

Типовые задания для промежуточного контроля находятся в Приложении 2 «Фонд оценочных средств».

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература:

– основная литература:

1. Бережнова, Е. В. Основы учебно-исследовательской деятельности студентов : учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Е. В. Бережнова, В. В. Краевский. - 6-е изд. ; стер. - Москва : Академия, 2010. - 128 с. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-6720-9 : 148-00.

2. Морева, Н. А. Технологии профессионального образования : учебное пособие для студентов вузов / Н. А. Морева. - Москва : Академия, 2005. - 432 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5-7695-2254-2 : 254-10 ; УМО.

3. Пастухова, И. П. Основы учебно-исследовательской деятельности студентов : учебно-методическое пособие / И. П. Пастухова, Н. В. Тарасова. - Москва : Академия, 2010. - 160 с. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-6040-8 : 177-10.

4. Пидкасистый, П. И. Организация учебно-познавательной деятельности студентов / П. И. Пидкасистый. - 2-е изд. ; доп. и перераб. - Москва : Педагогическое общество России, 2005. - 144 с. - (Образование XXI века). - ISBN 5-93134-205-2 : 42-50.

5. Смирнов, С. Д. Педагогика и психология высшего образования. От деятельности к личности : учебное пособие для студентов вузов / С. Д. Смирнов. - 5-е изд. ; стер. - Москва : Академия, 2010. - 400 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-7647-8 : 348-40.

– дополнительная литература:

1. Громкова, М. Т. Педагогика высшей школы : учебное пособие / М. Т. Громкова. – Москва : Юнити-Дана, 2017. – 447 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684689. – ISBN 978-5-238-02236-9. – Текст: электронный.

2. Исследовательская деятельность студентов : учебное пособие / авт.-сост. Т. П. Сальникова. - Москва : Сфера, 2005. - 96 с. - (Учебное пособие). - ISBN 5-89144-571-9 : 72-00.

3. Курсовая работа по педагогике и методикам: технология разработки и оформления :

учебное пособие / сост. Э. И. Беланова, М. А. Габова. – 2-е изд., стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575248. – ISBN 978-5-4499-0122-4. – DOI 10.23681/575248. – Текст : электронный.

4. Кузовлева, Н. В. Культура умственного труда в интегративной подготовке магистра педагогики : методология, теория, практика : учебное пособие / Н. В. Кузовлева, Н. Н. Пачина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. – 222 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272446. – ISBN 978-5-94809-465-6. – Текст: электронный.

5. Методика профессионального обучения в вопросах и ответах : учебное пособие / Т. Н. Шипилова, В. П. Тигров, О. Ю. Добромыслова [и др.] ; под ред. Ю. А. Гречишникова. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2017. – 194 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577011. – ISBN 978-5-88526-792-2. – Текст: электронный.

6. Мартынова, Е. В. Информационное обеспечение профессиональных коммуникаций : методика создания научной статьи : учебное пособие / Е. В. Мартынова, А. А. Щербинин. – Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры (КемГИК), 2018. – 127 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=613091. – ISBN 978-5-8154-0421-2. – Текст: электронный.

7. Основы профессиональной деятельности : культура интеллектуального труда : учебное пособие / Т. Б. Голубева, А. М. Буркова, Н. Б. Серова, Л. К. Тропина ; под общ. ред. Т. Б. Голубевой. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2019. – 99 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696645. – ISBN 978-5-7996-2667-9. – Текст: электронный.

8. Родионова, Д. Д. Основы научно-исследовательской работы (студентов) : учебное пособие / Д. Д. Родионова, Е. Ф. Сергеева. – Кемерово : Кемеровский государственный университет культуры и искусств (КемГУКИ), 2010. – 181 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=227895 . – Текст : электронный.

9. Рогожин, М. Ю. Подготовка и защита письменных работ : учебно-практическое пособие / М. Ю. Рогожин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. – 239 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253712. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-1666-6. – DOI 10.23681/253712. – Текст : электронный.

10. Самостоятельная работа студентов : виды, формы, критерии оценки : учебно-методическое пособие / Т. И. Гречухина, А. В. Меренков, С. В. Куньщиков [и др.] ; под общ. ред. Т. И. Гречухиной, А. В. Меренкова. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 83 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=689072. – ISBN 978-5-7996-1680-9. – Текст: электронный.

11. Топилина, Н. В. Формы самостоятельной и групповой работы студентов-гуманитариев : учебное пособие / Н. В. Топилина ; под общ. ред. М. И. Резниковой. – Таганрог : Таганрогский государственный педагогический институт имени А. П. Чехова, 2013. – 131 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=615108. – ISBN 978-5-87976-839-8. – Текст: электронный.

12. Толок, Ю. И. Организация учебно-познавательной деятельности студентов при изучении учебной дисциплины «Культура умственного труда» : учебно-методическое пособие / Ю. И. Толок, Т. В. Толок. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2014. – 138 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428261. – ISBN 978-5-7882-1660-7. – Текст : электронный.

Интернет-ресурсы:

http://www.defectolog.ru/ - размещены полезные статьи для родителей и специалистов, общение в форуме;

http://defectus.ru/ - теоретический материал, практический и наглядный материал, презентации, конспекты, развивающие игры, нормативные выкладки;

https://fgosreestr.ru/ реестр примерных программ;

http://suvagcentr.ru/ сайт научно-методического центра образования, воспитания и социальной защиты детей и молодежи «СУВАГ»;

https://firo.ranepa.ru/ сайт Федерального института развития образования;

http://www.inclusive-edu.ru/ сайт Института проблем инклюзивного образования.

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;

Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт».

Программное обеспечение:

В процессе изучения дисциплины используются офисные пакеты Microsoft Office, Open Office, программа для просмотра и чтения файлов PDF Adobe Acrobat Reader DC, программа для воспроизведения флэш-анимации в браузерах Adobe Flash Player, вэб-обозреватели Google Chrome, Opera, Антивирус Касперского, 1С университет.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
3. Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
4. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
5. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
6. Учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: электронные презентации; видеоролики.

Автор рабочей программы дисциплины: Е.И. Рзаева, доцент кафедры педагогики и специального образования, кандидат психологических наук, доцент.

Программа рассмотрена на заседании кафедры педагогики и специального образования «19» января 2023 г., протокол № 5.

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _ от «__» _____202_ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ В.И. Мишанина
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _ от «__» _____202_ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ В.И. Мишанина
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _ от «__» _____202_ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ В.И. Мишанина
(подпись)

Приложение 1

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ «САМООРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Планы семинарских занятий

Практическое занятие 1. Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студентов вузов как психолого-педагогическая проблема

Вопросы для обсуждения:

1. Определение учебно-профессиональной деятельности студентов вузов.
2. Разнообразие подходов к трактовке понятия «самоорганизация учебно-профессиональной деятельности».
3. Структурные компоненты самоорганизации.
4. Основные функции самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов.
5. Структурно-функциональные модели самоорганизации.
6. Культура умственного труда.
7. Совершенствование познавательной деятельности студентов.

Практическая работа:

1. Дайте определение следующим понятиям: «самоорганизация», «целеполагание», «планирование», «самоконтроль», «коррекция».
2. Постройте и проанализируйте свой профиль самоорганизации, опираясь на данные диагностики.
3. От чего зависит высокий уровень развития самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студента?
4. Какие способы и приемы эффективной самоорганизации в учебно-профессиональной деятельности Вы знаете?

Практическое занятие 2. Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студентов

Вопросы для обсуждения:

1. Самообразование и самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студента. Организация и управление временем.
2. Планирование и конструирование поэтапного осуществления учебной деятельности.
3. Самоорганизация учебной деятельности студентов на лекции.
4. Самостоятельная подготовка к практическим занятиям.
5. Самоорганизация учебной деятельности студентов при подготовке и в ходе экзамена.
6. Технологии работы с различными источниками информации.

Задание 1.

Написать самоотчет: «Моя самоорганизация учебной деятельности студентов на

лекции»; «Моя самостоятельная подготовка к практическим занятиям».

Задание 2**.** Подготовиться к проведению текущего контроля № 1 в форме коллоквиума. Вопросы смотрите ниже.

Практическое занятие 3. Учебно-исследовательская работа студентов вузов

Вопросы для обсуждения:

1. Учебно-исследовательская работа студента.
2. Работа над рефератом и курсовой работой.
3. Работа над выпускной квалификационной работой.
4. Работа над научной статьей. Эссе как форма учебно-исследовательской работы студента.
5. Подготовка к участию в олимпиадах, конкурсах.
6. Совершенствование техники самостоятельной учебно-исследовательской работы студента в течение учебного года.

Практическая работа:

1. Напишите эссе по одной из предложенных ниже тем.

Темы для эссе

• Почему я выбрал(а) профессию учителя.
• Моя первая учительница.
• Портрет учителя.
• Как я готовил(а) себя к выбору профессии.
• Я и профессия учителя.
• Мой идеал учителя.
• Учитель будущего.
• Каким учителем я буду?

Критерии оценки: максимум 10б.

10 баллов – блестящая работа, которая отвечает всем предъявляемым требованиям, а также отличается научной новизной и творческим подходом.

9 баллов – эссе соответствует всем требованиям, предъявляемым к такого рода работам. Тема эссе раскрыта полностью, четко выражена авторская позиция, имеются логичные и обоснованные выводы. Эссе написано с использованием большого количества основной и дополнительной литературы, а также иной литературы, чем та, что предложена в Программе соответствующей учебной дисциплины. На высоком уровне выполнено оформление работы.

8 баллов – те же требования, что и для оценки «9 баллов». Студентами не использована литература, помимо той, которая предложена в Программе учебной дисциплины.

7 баллов – тема эссе раскрыта полностью; прослеживается авторская позиция, сформулированы необходимые обоснованные выводы; использована необходимая для раскрытия вопроса основная и дополнительная литература. Грамотное оформление.

6 баллов – в целом тема эссе раскрыта; выводы сформулированы, но недостаточно обоснованны; имеется анализ необходимых правовых норм, со ссылками на необходимые нормативные правовые акты; использована необходимая как основная, так и дополнительная литература; недостаточно четко проявляется авторская позиция. Грамотное оформление.

5 баллов – тема раскрывается на основе использования нескольких основных и

дополнительных источников; слабо отражена собственная позиция, выводы имеются, но они не обоснованы; материал изложен непоследовательно, без соответствующей аргументации и анализа правовых норм, хотя ссылки на нормативные правовые акты встречаются. Имеются недостатки по оформлению.

4 балла – тема раскрыта недостаточно полно; использовались только основные (более двух) источники; имеются ссылки на нормативные правовые акты, но не выражена авторская позиция; отсутствуют выводы. Имеются недостатки по оформлению.

3 балла – тема эссе раскрывается неполно на основе двух источников; изложение материала без собственной оценки и выводов; отсутствуют ссылки на нормативные правовые акты. Имеются недостатки по оформлению работы.

2 балла – тема эссе не раскрыта; материал изложен без собственной оценки и выводов; отсутствуют ссылки на источники. Имеются недостатки по оформлению работы.

1 балл – текстуальное совпадение всего эссе с каким-либо источником, то есть – плагиат.

Практическое занятие 4. Организация самостоятельной работы студентов вузов

Вопросы для обсуждения:

1. Самостоятельная работа как способ самоорганизации студентов.
2. Основные характеристики самостоятельной работы студентов.
3. Параметры и возможные формы организованной самостоятельной работы студентов.
4. Условия эффективности самостоятельной работы студентов.
5. Методическое обеспечение самостоятельной работы студентов вузов.
6. Организация самостоятельной работы студентов.
7. Методы, формы, технологии организации самостоятельной работы студентов.

Практическая работа:

Задание 1.

Методика «Самофотография рабочего дня»

Методика «Самофотография рабочего дня» может применяться при изучении эффективности и оптимальности профессиональной деятельности. Наблюдение по этой методике состоит в том, что наблюдатель отмечает в протоколе все виды занятий, фиксирует по времени моменты их смены. Примером категоризированного протокола наблюдений за трудовым поведением человека во времени является хронокарта, разработанная К. Гастевым, которая используется для изучения утомления работников, студентов и т. д. Измерение временных параметров деятельности позволяет многое объяснить на основе сведений о длительности выполнения разных операций и о том, в какой последовательности выполняются они в течение рабочего дня.

Можно выделить преобладающий тип трудовой нагрузки, дать психофизиологическую характеристику системы функций, с помощью которых осуществляется данная трудовая деятельность. Чередование видов занятий по времени - важная составляющая планирования и организации труда. Затем составляется хронокарта - графическое представление различных видов трудовой активности. При заполнении хронокарты наблюдатель должен записывать ту работу, которой он занят, или то состояние, в котором он находится. Против той

или иной статьи времени заштриховывает клетки, которые соответствуют времени, в течение которого данная деятельность осуществляется. В зависимости от цели исследования категории наблюдения могут быть более или менее дробными. Точность измерения по времени составляет либо 1 ч, либо 30 мин. С помощью хронокарты определяется суточный бюджет времени. Бюджет времени представляет собой соотношение времени, отводимого на разные виды занятий и отдыха, выраженное в часах, минутах, процентах. В заключении дается интерпретация работы. Фотография рабочего времени - это наблюдение, измерение и последовательная запись всех затрат времени на протяжении какого-либо периода с целью изучения распределения времени и утомляемости (если период наблюдения совпадает с продолжительностью рабочего дня, это будет фотография рабочего дня). Объектом фотографии могут быть люди, машины или производственный процесс в целом. Если объектом наблюдения является один человек (рабочий, студент и пр.), то фотография рабочего времени является индивидуальной, а если группа людей - групповой. Когда же затраты рабочего времени фиксируются самим человеком (в данном исследовании - студентом), имеет место самофотография рабочего времени с целью определения продолжительности отдельных работ, фактического фонда времени, установления соотношения между отдельными видами затрат времени для дальнейшего рационального планирования деятельности. Фотография рабочего времени проводится в три этапа.

Первый этап включает наблюдение (в данном исследовании самонаблюдение) и изучение всех затрат времени; результаты фиксируются в специальных учетных листах - хронокартах (примером категоризированного протокола наблюдений за трудовым поведением человека во времени является хронокарта, разработанная К. Гастевым, которая используется для изучения утомления работников, студентов и т. д.). Они дают полную картину затрат времени в течение дня. В учетном листе ведется почасовая регистрация затрат времени. Можно еще более детализировать учет, но чрезмерная детализация лишь внешне улучшает учет, он становится громоздким и сложным, наглядность пропадает, требуется много времени для обработки его результатов.

На втором этапе проводится анализ результатов наблюдения (самонаблюдения), т. е. составляются таблицы суточного бюджета времени, осуществляется анализ режима труда и отдыха, продолжительности и смены занятий. Технические приемы и средства анализа черпаются из арсенала математической статистики и графических методов.

На третьем этапе оформляются заключение по работе, рекомендации по рационализации деятельности, планированию рабочего времени.

Инструкция составления хронограмм

В зависимости от цели исследования категории наблюдения могут быть более или менее дробными. При заполнении хронокарты наблюдатель должен записывать ту работу, которой он занят, или то состояние, в котором он находится. Против той или иной статьи времени он заштриховывает клетки, которые соответствуют времени, в течение которого данная деятельность осуществляется. Точность измерения по времени составляет либо 1 ч, либо 30 мин (табл. 1).

Анализ хронокарты

С помощью хронокарты составляется суточный бюджет времени. Бюджет времени, представляющий собой соотношение времени на разные виды занятий и отдыха, выражен в часах, минутах, процентах.

Для того чтобы рассчитать бюджет времени на один день, необходимо:

• ввести более крупные виды деятельности и состояния;

• отразить суммарное время;

• вывести среднее время в часах (минутах) и процентах на один день.

Пример составления хронокарты

Виды деятельности	часы																		
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	…	23
сон																				
подъем																				
завтрак																				
зарядка																				
……..																				
Занятия в вузе																				
обед																				
Самостоятельная работа																				
…….																				

По таблице суточного бюджета времени проводится анализ режима труда и отдыха, смены занятий, определяются плюсы и минусы использованного времени (табл. 2).

Таблица 2

Пример суточного бюджета времени

Отдых пассивный	время	Отдых активный	Время	Академическая деятельность	время	Вспомогательная деятельность	Время
Просмотр телевизора	1	Зарядка	1	Занятия в вузе	4	Уборка постели	1
сон	8	Общение с близкими	1			Приготовление пищи	1
отдых	2	Уборка дома	2			Подготовка к занятиям	3
						Поездка в университет	1
						Поездка домой	1
Всего часов							
В %							

Проведение анализа:

1) подсчитайте среднеежедневные затраты по каждому виду деятельности (суммарное количество времени за неделю разделите на 7;

2) подсчитайте потери времени;

3) подумайте, как можно более эффективно организовать свой распорядок дня

После завершения работы делаются выводы и составляются рекомендации по оптимизации использования временных ресурсов.

Задание 2.
Прочитать и проанализировать повесть Даниила Гранина «Эта странная жизнь», посвященную А. А. Любищеву, его системе рационального использования времени.

Задание 3.
Составить свой план учебно-профессиональной деятельности на год, на месяц, на неделю, на день.

Текущий контроль № 1.
Примерные вопросы для коллоквиума (Практическое занятие 2)

1. Определение учебно-профессиональной деятельности студентов вузов.
Разнообразие подходов к трактовке понятия «самоорганизация учебно-профессиональной деятельности».
2. Структурные компоненты самоорганизации и функции самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов.
3. Структурно-функциональные модели самоорганизации.
4. Культура умственного труда.
5. Совершенствование познавательной деятельности студентов.
6. Самообразование и самоорганизация учебно-профессиональной деятельности студента.
7. Организация и управление временем.
8. Планирование и конструирование поэтапного осуществления учебной деятельности.
9. Самоорганизация учебной деятельности студентов на лекции.
10. Самостоятельная подготовка к практическим занятиям.
11. Самоорганизация учебной деятельности студентов при подготовке и в ходе экзамена.
12. Технологии работы с различными источниками информации.

Критерии оценки коллоквиума: **максимум 5 баллов, каждый критерий 0-1балла**

- Сформулирована проблема и обоснована её актуальность
- Сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему
- Логично изложена собственная позиция
- Сформулированы выводы, тема раскрыта полностью
- Высокий уровень самостоятельности и оригинальности ответа

Текущий контроль № 2.
Вопросы для дискуссии (Практическое занятие 4)

1. Самостоятельная работа как способ самоорганизации студентов.
2. Основные характеристики самостоятельной работы студентов.
3. Параметры и возможные формы организованной самостоятельной работы

студентов.
4. Условия эффективности самостоятельной работы студентов.
5. Методическое обеспечение самостоятельной работы студентов вузов.
6. Организация самостоятельной работы студентов.
7. Методы, формы, технологии организации самостоятельной работы студентов.

Критерии участия в дискуссии: **максимум 5 баллов, каждый критерий 0-1балла**

- Сформулирована проблема и обоснована её актуальность
- Сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему
- Логично изложена собственная позиция
- Сформулированы выводы, тема раскрыта полностью
- Высокий уровень самостоятельности и оригинальности ответа

ТЕМАТИКА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Семестровый план самостоятельной работы по дисциплине «Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности» включает в себя 6 заданий Вес каждого вопроса оценивается 5 баллами. Максимальное количество баллов, которое может набрать студент – 30.

Задачи самостоятельной работы:

1. вызвать интерес у студентов к процессу самоорганизации учебно-профессиональной деятельности;
2. научиться распределять собственное время;
3. уметь использовать методы, приемы, средства по управлению собственным временем.
4. Изучить собственную самоорганизации учебно-профессиональной деятельности.

ЗАДАНИЯ

1. **Составить самоотчет об одном учебном дне.**
   - В отчете отразите последовательность ваших действий в течении дня с указанием потраченного времени.
   - Подсчитайте сколько времени в течении дня потрачено на учебные занятия, сколько на самоподготовку, сколько на отдых и т.д.
   - Сделайте вывод об эффективности прошедшего дня.

2.Составить кроссворд по изученной дисциплине. Правила составления кроссворда смотрите ниже.

3.Составить интеллектуальную карту по изученной дисциплине. Правила составления интеллектуальной карты смотрите ниже.

4.Составить словарик терминов по дисциплине.

5.написать эссе: «Почему важно студенту (учителю) уметь организовывать свое время и управлять своим временем»

6.Проведите диагностику собственной самоорганизации учебно-профессиональной деятельности. Материалы к проведению самодиагнотики смотрите ниже.

К ЗАДАНИЮ 2

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

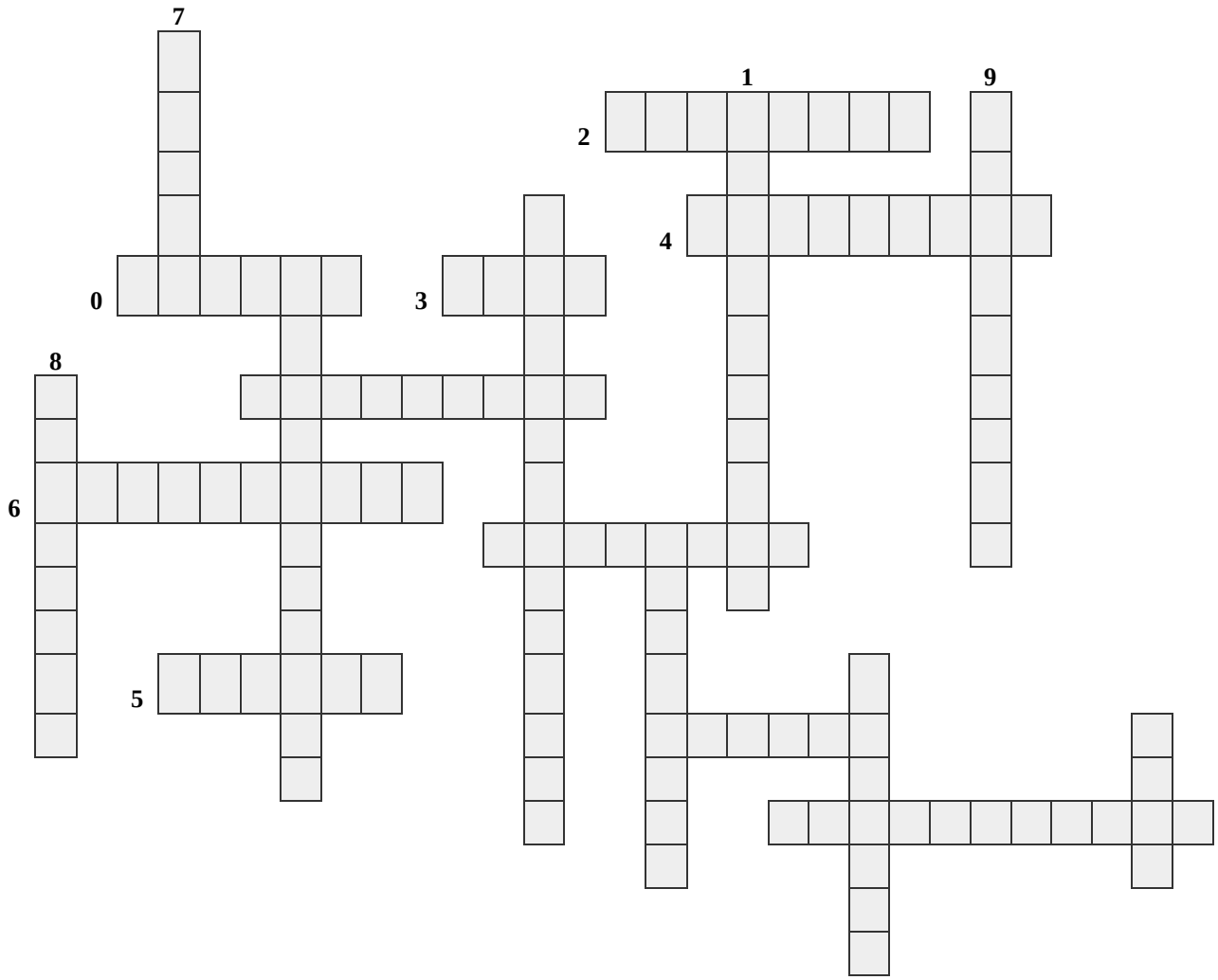
Кафедра педагогики и специального образования

КРОССВОРД
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности»
Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Выполнила студентка
Курс ___группа_____
ФИО_____

Шуя

КРОССВОРД



Вопросы

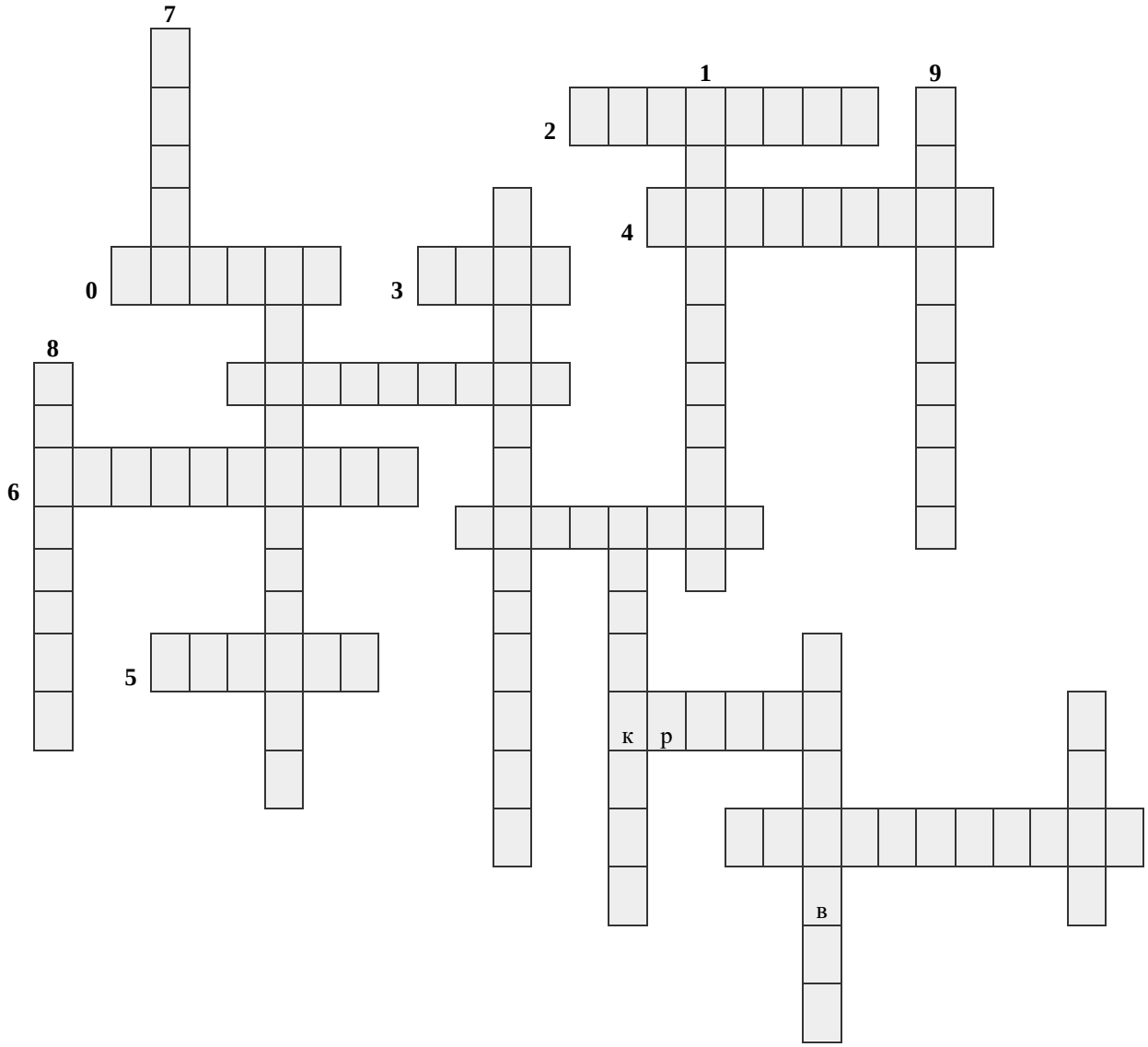
По горизонтали:

1. Что является переходным периодом от одной возрастной ступени к другой.
   3…….

По вертикали:

2. Чем является социальная среда в психическом развитии индивида.
   4…….

Ответы на кроссворд



Критерии оценки:

За правильно составленный кроссворд студент получает 5 баллов; если при составлении кроссворда были допущены две ошибки - 4 балла. Например, были нарушены требования к составлению вопросов (см. выше) или в кроссворде нарисованы лишние клеточки или их наоборот, не хватает. Если при составлении кроссворда были допущены три ошибки - 3 балла. Если при составлении кроссворда были допущены четыре ошибки - 2 балла. Если при составлении кроссворда были допущены пять ошибок - 1 балл.

К 3 ЗАДАНИЮ

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра педагогики и специального образования

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ КАРТА
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «Самоорганизация учебно-профессиональной деятельности»
Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Выполнила студентка
Курс ___группа_____
ФИО_____

Шуя

Инструкция по составлению интеллектуальной карты

При составлении интеллект- карт студенты придерживаются следующих принципов:
— в центре карты помещается тема, основное понятие, изучаемой дисциплины.
— от центра отходят блоки — подтемы. С центральной ячейкой они соединяются стрелками или линиями, их называют «ветки».
— от подтемы могут быть другие ответвления. Количество их не ограничено, будет зависеть от сложности темы и её специфики.
— блоки карты можно выделить разными цветами для лёгкого восприятия.
Использовать более крупный и мелкий текст, чтобы подчеркнуть важность блоков.

Пример интеллектуальной карты (на примере другой дисциплины)



К 6 ЗАДАНИЮ

Практическая работа: Методика изучения самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов.

Цель - освоение основных структурных компонентов и способов диагностики компетенций самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов. Задачи: 1) ознакомиться с методикой диагностики самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов;

2) интерпретировать полученные данные с учетом индивидуальных особенностей студентов, проанализировать и обсудить каждый из компонентов самоорганизации;
3) обучить навыкам формирования самоорганизации учебно-профессиональной деятельности студентов.

Основные теоретические положения:

Процесс самоорганизации характеризуется теми путями и способами, которые личность прокладывает для достижения целей своего развития. А. Д. Ишков с позиций личностно-деятельностного подхода провел анализ базовых структурно-функциональных моделей процесса самоорганизации и выделил пять наиболее значимых функциональных компонентов процесса самоорганизации, присутствующих в подавляющем большинстве рассмотренных деятельностных моделей самоорганизации: целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекцию, добавив к ним шестой личностный компонент - волевые усилия. Опросник «Диагностика особенностей самоорганизации-39» (ДОС-39)1 Опросник разработан А. Д. Ишковым на базе голографической модели самоорганизации. Он содержит интегральную шкалу «Уровень самоорганизации» и шесть частных шкал, характеризующих уровень развития одного личностного компонента самоорганизации (волевые усилия) и пяти функциональных компонентов, к которым относятся целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль, коррекция.

Инструкция Опросник позволяет выявить Ваши индивидуальные особенности самоорганизации. Точность результатов будет зависеть от степени Вашей откровенности. Предлагаемые Вам утверждения не являются правильными или неправильными, а лишь констатируют определенные различия в деятельности людей. Внимательно прочитайте каждое утверждение и оцените степень своего согласия или несогласия с ним по приведенной ниже шестибалльной шкале (табл. 1)

-3 - не согласен полностью;
-2 - не согласен частично;
-1 - скорее не согласен, чем согласен;
2 - согласен частично;
1 - скорее согласен, чем не согласен;
2-согласен частично;
3 - согласен полностью.

Таблица 1.

Бланк ответов.

Вопрос	Ответ	Вопрос	Ответ
1.		3…….	
2.		39	

Текст опросника

1. У меня имеется четкое представление о том, что я хочу получить от жизни.
2. Я пытаюсь мысленно опережать события, прогнозируя возможные последствия своих действий.
3. Я систематически контролирую результаты своей деятельности.
4. Я могу действовать, невзирая или даже вопреки своему сиюминутному эмоциональному побуждению.
5. Я стараюсь не участвовать в рискованных мероприятиях.
6. Ставя перед собой цель, я ярко, во всех деталях, представляю результат ее осуществления.
7. Если у меня не хватает возможностей для достижения поставленной цели, то я, в первую очередь, направляю свои усилия на создание этих возможностей.
8. Я могу повлиять на свое состояние и деятельность с помощью сознательного изменения своего отношения к ситуации.
9. Стараюсь без особой необходимости ничего в своей жизни не менять.
10. К выбору своих жизненных целей я подхожу осознанно, не жалея на это времени.
11. Ставя перед собой цель, я определяю крайние сроки ее достижения.
12. Я составляю план работы на неделю, используя еженедельник, специальный блокнот и т. п.
13. Я отслеживаю степень совпадения промежуточных и конечных результатов с ранее запланированными.
14. Я без труда мобилизую собственные силы для преодоления возникающих на пути к поставленной цели препятствий.
15. Я легко переношу изменения правил или условий жизнедеятельности.
16.Поставив перед собой цель, я определяю конкретный способ оценки своего продвижения к ней.
17. Я регулярно анализирую свою деятельность и ее результаты.
18. Я формулирую для себя цели, которые должен достичь в ближайшее время.
19. Я пытаюсь выявить основные факторы, позволившие мне добиться успеха, чтобы использовать их в дальнейшем.
20. Я успешно преодолеваю ситуативные желания, отвлекающие меня от поставленной цели.
21. Я смущаюсь, когда становлюсь «центром внимания».
22. У меня часто возникают вопросы о смысле того, чем я занимаюсь.
23. В конце дня я анализирую, где и по каким причинам я напрасно потерял время.
24. Я решаю проблемы последовательно, шаг за шагом.
25. Я обладаю таким качеством, как настойчивость.
26. Я без особого труда приспосабливаюсь к изменению ситуации.
27. Принимая решение, я стараюсь рассмотреть все возможные варианты.
28. Планируя свою деятельность, я сразу устанавливаю критерии, по которым буду определять степень осуществления плана.
29. Я планирую свою работу на следующий день.
30. Я периодически провожу оценку своей деятельности.
31. Я без особого труда подчиняю свои действия принятым мною решениям.
32. Я легко осваиваюсь в новом коллективе.
33. Ставя перед собой цель, я определяю, имеются ли у меня все необходимые возможности для ее достижения.

34. Я контролирую все свои действия.
35. Неожиданности выбивают меня из колеи.
36. Для фиксации поручений, заданий и просьб я использую определенную систему.
37. Ставя перед собой долгосрочную цель, я разбиваю ее на ряд промежуточных.
38.Я ищу причины отклонений достигнутых результатов от ранее запланированных.
39. Препятствия на пути к цели мобилизуют меня, придавая силы

Обработка результатов

1. Подсчитайте «сырые» баллы по частным шкалам опросника:

• Шкала «Целеполагание (Ц/п)» (14 вопросов): сумма баллов оценки утверждений № 1+; 3+; 6+; 7+; 10+; 14+; 16+; 20+; 22+; 25+; 27+; 31+; 34+; 39+.

• Шкала «Анализ ситуации (Ас)» (14 вопросов): сумма баллов оценки утверждений № 2+; 5+; 7+; 11+; 16+; 17+; 18+; 21+; 23+; 28+; 33+; 36+; 37+; 38+.

• Шкала «Планирование (Пл)» (11 вопросов): сумма баллов оценки утверждений № 3+; 12+; 18+; 23+; 24+; 27+; 28+; 29+; 34+; 36+; 37+.

• Шкала «Самоконтроль (С/к)» (15 вопросов): сумма баллов оценки утверждений № 2+; 3+; 13+; 16+; 17+; 18+; 19+; 23+; 28+; 30+; 31+; 33+; 34+;36+;38+.

• Шкала «Коррекция (Кор)» (10 вопросов): сумма баллов оценки утверждений № 5-; 9-; 14+; 15+; 21-; 25+; 26+; 27-; 32+; 35-

• Шкала «Волевые усилия (Ву)» (10 вопросов): сумма баллов оценки утверждений № 4+; 6+; 7+; 8+; 14+; 18+; 20+; 27-; 31+; 39+.

2. С помощью табл. 2 переведите полученные «сырые» баллы по каждой шкале в стандартные баллы (стены). Стандартный балл по интегральной шкале «Уровень самоорганизации (С/о)» определяется как среднеарифметическое стенов шести частных шкал, округленное до целого числа:

$$С/о = \frac{Ц/п + Ас + Пл + С/к + Кор + Ву}{6}$$

Таблица 2

Перевод «сырых» баллов в стены

Стены	«сырые» баллы по шкалам					
	Ц/П	А/С	П/Л	С/К	Кор	Ву
1	-42 ...-7	-42 ...-16	-33 ... -17-	-45 ...-15	-30 ...-10 -	-30... -10
2	-6 ...-2	15 ...-9	-16 ... -12	-14 ...-8	-9...-8	-9….-3
3	-1 ... 4	-8 ...-3	-1 1 …-8	-7….-2	-7 ...-4	-2 …0
4	5…10	-2…1	-7…-3	-1…3	-3…-2	1…3
5	11…15	2…6	-2…4	4…9	-1…2	4…7
6	16…19	7…13	5…9	10…18	3…4	8…10
7	20…24	14…17	10…15	19…23	5…7	11…13
8	25…29	18…23	16…21	24…29	8…9	14…16
9	30…34	24…27	22…25	30…35	10	17…19
10	35…42	28…42	26…33	36…45	11…30	20…30

3. По каждой шкале отметьте полученные стены в соответствующих ячейках профиля самоорганизации и соедините метки соседних шкал прямыми линиями

(табл. 3).

Таблица 3

Шкалы	Уровень развития									
	низкий		ниже среднего		средний		выше среднего		высокий	
	стены									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Целеполагание										
Анализ ситуации										
Планирование										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Самоконтроль										
Коррекция										
Волевые усилия										
Уровень самоорганизации										

Интерпретация результатов

Результаты по шкале «Целеполагание» (Ц/п) отражают уровень развития навыков принятия и удержания цели: чем выше показатели, тем более эффективно реализуется данный функциональный компонент.

Результаты по шкале «Анализ ситуации» (Ас) отражают уровень развития навыков выявления и анализа обстоятельств, существенных для достижения поставленной цели.

Результаты по шкале «Планирование» (Пл) отражают уровень развития навыков планирования человеком собственной деятельности.

Результаты по шкале «Самоконтроль» (С/к) отражают уровень развития навыков контроля и оценки человеком собственных действий, психических процессов и состояний.

Результаты по шкале «Коррекция» (Кор) отражают уровень развития навыков коррекции человеком своих целей, способов и направленности анализа существенных обстоятельств, плана действий, критериев оценки, форм самоконтроля, волевой регуляции и поведения в целом.

Результаты по шкале «Волевые усилия» (Ву) отражают уровень развития навыков регуляции человеком собственных действий, психических процессов и состояний. Демонстрируют развитость волевых качеств, умение преодолевать возникающие на пути к поставленной цели препятствия. Характеризуют способность субъекта мобилизовывать свои физические и психические силы, концентрировать в заданном направлении активность, что обеспечивает необходимое побуждение, инициирующее деятельность и поддерживающее ее по ходу реализации плана.

Результаты по шкале «Уровень самоорганизации» (С/о) отражают общий уровень развития навыков организации человеком процесса собственной деятельности: чем выше показатели, тем более высоким уровнем самоорганизации обладает данный человек.