

## **Аннотация адаптированной рабочей программы дисциплины «Самоорганизация и саморазвитие»**

**Целью дисциплины** – формирование комплекса знаний, умений и навыков в области управления процессом самоорганизации и саморазвития.

### **Задачи дисциплины**

– формирование у обучающихся системы знаний и выработка на этой основе умений, необходимых им для успешного решения проблем, связанных с самоорганизацией и саморазвитием;

– формирование и развитие у обучающихся профессионально ориентированного мышления и поведения, черт и качеств, способствующих успешному решению проблем в сфере самоорганизации и саморазвития.

### **Названия тем, основных вопросов в виде дидактических единиц:**

**Самоорганизация как основа саморазвития личности.** Самоорганизация личности и самоорганизованная личность. Сущность саморазвития и его основные характеристики. Самопознание как важнейший элемент саморазвития. Самопознание как процесс и барьеры в самопознании. **Саморазвитие и самоопределение личности.** Сознание и самосознание. Структура самосознания. Самоопределение личности. Формы самоопределения: самоутверждение, самосовершенствование, самореализация, самоактуализация. **Технологии саморазвития и самоуправления.** Персональный проектный менеджмент как основа управления саморазвитием. Средства саморазвития: самовоспитание и самообучения. Способы саморазвития. Функция и методы управления саморазвитием. Технология структурирования внимания.

**Объем дисциплины** – 2 з.е.

**Форма промежуточного контроля** – *зачет.*