


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

**УТВЕРЖДЕНО**  
решением Ученого совета юридического факультета  
от «20» мая 2022 г., протокол № 5  
Председатель \_\_\_\_\_ / Морозов С.Ю.  
подпись, \_\_\_\_\_ расшифровка подписи  
«20» мая 2022 г.



### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	<b>ТЕХНОЛОГИЯ САМООРГАНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ</b>
Факультет	<b>Управления ИЭиБ</b>
Кафедра	<b>Управления</b>
Курс	<b>1</b>

Направление (специальность) **40.04.01. Юриспруденция**  
*код направления (специальности), полное наименование*

Направленность (профиль/специализация) **Уголовное право. Уголовный процесс**  
*полное наименование*

Форма обучения **очная, заочная**

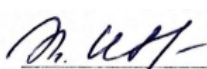

Дата введения в учебный процесс УлГУ: «1» сентября 2022г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол №\_10\_ от \_07.06.2023\_ г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Иванова Татьяна Юрьевна	Управления	Зав. кафедрой управления, д.э.н., проф.

СОГЛАСОВАНО	СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой управления, реализующей дисциплину	Заведующий кафедрой ГиПП
 / Т.Ю.Иванова / подпись _____ расшифровка подписи « 20 » мая 2022 г.	 / С.Ю.Морозов / подпись _____ расшифровка подписи « 20 __» мая 2022 г..

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

Дисциплина «Технология самоорганизации личности» занимает важное место в подготовке студентов второго уровня обучения – студентов магистратуры.

**Цель освоения дисциплины:**

Формирование и закрепление навыков и умений организации собственной деятельности и самообразования с акцентом на технологии тайм – менеджмента, инструменты самомаркетинга личности, алгоритмы формирования персонального бренда, изучение положительного опыта использования эмоционального интеллекта в организации, умение преодолевать стрессовые ситуации.

**Задачи освоения дисциплины:**

- изучение феноменов самоорганизации для понимания их важности на современном этапе развития человечества;
- получение представления о сущности самоорганизации личности в рамках существующей парадигмы менеджмента, о содержании технологий самомаркетинга, основам формирования персонального бренда;
- получение знаний и развитие навыков и инструментов стресс-менеджмента;
- получение представления о технологиях формирования рабочего времени руководителя и организации рабочего места руководителя;
- изучение форм, методов, технологий самоорганизации для эффективного планирования, осуществления и контроля собственной деятельности;
- изучение инструментов самооценки личности.

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**


«Технология самоорганизации личности» – дисциплина Обязательной части учебного плана (Б1.О. 04).

Дисциплина «Технология самоорганизации личности» изучается на 1 курсе и предшествует изучению дисциплин (практик) и дальнейшему формированию компетенций УК-6: «Управление проектами в профессиональной деятельности», «Методологические проблемы научных исследований в профессиональной деятельности», «Преддипломная практика», «Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена».

**3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОПОП**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО:

<i>Наименование категории (группы) универсальных компетенций</i>	<i>Код и наименование универсальной компетенции</i>	<i>Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения универсальной компетенции</i>
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее	ИД-1укб Знать методики самооценки, самоконтроля и саморазвития с использованием подходов здоровьесбережения ИД-2укб Уметь решать задачи собственного личностного и профессионального развития, определять и

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

	совершенствования на основе самооценки	<p>реализовывать приоритеты совершенствования собственной деятельности</p> <p>ИД-2.1укб Уметь применять методики самооценки и самоконтроля</p> <p>ИД-2.2укб Уметь применять методики, позволяющие улучшить и сохранить здоровье в процессе жизнедеятельности</p> <p>ИД-3укб Владеть технологиями и навыками управления своей познавательной деятельностью и ее совершенствования на основе самооценки, самоконтроля и принципов самообразования в течение всей жизни, в том числе с использованием здоровьесберегающих подходов и методик</p>
--	----------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### 4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

**4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) – 2 ЗЕТ**


**4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (72 ч.):**

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения – <i>заочная</i> )	
	Всего по плану	в т.ч. по семестрам 1
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	10	10
Аудиторные занятия:	10	10
лекции	4	4
семинары и практические занятия	6	6
Самостоятельная работа	58	58
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы	тестирование, устный опрос, оценка выполнения заданий, проверка знаний о навыках стрессоустойчивости и построении персонального бренда	тестирование, устный опрос, оценка выполнения заданий, проверка знаний о навыках стрессоустойчивости и построении персонального бренда
Виды промежуточной аттестации	зачет	зачет
Всего часов по дисциплине	72	72


**4.3. Содержание дисциплины (модуля.) Распределение часов по темам и видам учебной работы:**

Форма обучения: **заочная**

	Всего	Виды учебных занятий	Формы
--	-------	----------------------	-------

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

Наименование разделов и тем		Аудиторные занятия		Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	текущего контроля
		Лекции	Практические занятия, семинары			
1. Основы самоорганизации и личная эффективность	8	1	-	-	7	Опрос, тестирование,
2. Личность: индивидуальные особенности и классификация	9	1	1	-	7	Опрос, тестирование, проверка выполнения заданий
3. Основы принципы и инструменты планирования личной деятельности	8	1	-	-	7	Опрос, тестирование, Оценка выполнения заданий
4. Технологии управления временем	8	-	1	-	7	Опрос, тестирование, Проверка знаний о навыках управления временем
5. Персональный бренд: технология и значение	10	1	1	-	8	Опрос, тестирование, Оценка выполнения проекта по формированию персонального бренда
6. Персональный бренд: этапы формирования	8	-	1	-	7	Опрос, тестирование, Оценка выполнения проекта

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

						по формированию персонального бренда
7. Технологии формирования стрессоустойчивости: стресс и его составляющие	8	-	1	-	7	Опрос, тестирование, Проверка знаний о навыках стрессоустойчивости
8. Технологии формирования стрессоустойчивости: преодоление эмоционального выгорания	9	-	1	-	8	Опрос, тестирование, Проверка знаний о навыках стрессоустойчивости
Итого	72	4	6	-	58	Зачет (4)

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### **Тема 1. Основы самоорганизации и личная эффективность**

Понятие самоорганизации и саморегуляции личности. Структура самоорганизации. Признаки неэффективности личности.

### **Тема 2. Личность: индивидуальные особенности и классификация**


Определение личности. Категория «личность». Модель личности как системы. Основные черты личности. Классификации темпераментов. Психологические теории. «Большая пятерка». Социальные черты личности. Личные концептуальные черты. Черты эмоциональной адаптации.

### **Тема 3. Основы принципы и инструменты планирования личной деятельности**

Основные принципы планирования. SMART-принцип. Инструменты планирования: метод ABC; закон Парето.

### **Тема 4. Технологии управления временем**

Управление временем. Основные технологии управления рабочим временем: матрица Эйзенхауэра; диаграмма Ганта.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

### **Тема 5. Персональный бренд: технология и значение**

Понятие самомаркетинга. Основные элементы построения персонального бренда: постановка карьерных целей. Определение сильных и слабых сторон. Умение определять ценности и расставлять приоритеты. Умение сопоставлять карьерные цели и жизненные ценности.

### **Тема 6. Персональный бренд: этапы формирования**

План постановки карьерных целей. 6 шагов построения персонального бренда. Ошибки при построении персонального бренда.

### **Тема 7. Технологии формирования стрессоустойчивости: стресс и его составляющие**

Психоэмоциональная модель поведения человека. Поведение человека в трех различных ситуациях: в повседневной жизни, на работе, в стрессовой обстановке.

### **Тема 8. Технологии формирования стрессоустойчивости: преодоление эмоционального выгорания**

Синдром эмоционального выгорания. Причины эмоционального выгорания. Группы риска. Стадии эмоционального выгорания.

## **ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ**

### **Тема 1. Основы самоорганизации и личная эффективность**


#### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Современная управленческая парадигма.
2. Ретроспектива взглядов на организационную деятельность.
3. Основные смысловые варианты понятия «самоорганизация, «саморегуляция», «самооценка»».
4. Целерациональный и естественный подход к исследованию модели личности.
5. Как Вы полагаете, самоорганизация личности помогает добиться карьерного роста?
6. Считаете ли Вы, что ревитализация возможна для отдельной личности?
7. Какие знания наиболее ценны в современных условиях: явные или неявные?

### **Тема 2. Личность: индивидуальные особенности и классификация**

#### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Согласны ли Вы с утверждением, что на личность влияют правила игры, устанавливаемые организацией, в которой индивид работает?
2. Считаете ли Вы, что уровень эмоциональной устойчивости способствует развитию личности? Почему?
3. Как Вы относитесь к необходимости (или считаете неприемлемым) манипулирования другими людьми для достижения собственных целей.
4. Сравнительный анализ выявленных в результате on-line – тестирования психотипов студентов. Определение склонности к манипуляции другими людьми – МАК-шкала

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

### **Тема 3. Основы принципы и инструменты планирования личной деятельности**

#### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Согласны ли Вы, что неумение планировать собственную деятельность влияет на психическое состояние человека?
2. Назовите ключевые факторы успеха при эффективном планировании.
3. Какими бы элементами Вы дополнили предлагаемые инструменты планирования?
4. ***Пройти он-лайн тест «Опросник самоорганизации деятельности» по адресу : <https://onlinetestpad.com/ru/testview/141162-oprosnik-samoorganizacii-deyatelnosti>***

### **Тема 4. Управление временем**

#### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Согласны ли Вы с утверждением, что управление временем ограничивает свободу человека ?
2. Какие преимущества дает человеку использование графика Гантта при планировании целей достижения карьеры?
3. Как Вы думаете, можно ли исключить их матрицы Эйзенхауэра квадрант «Не важно и не срочно»? Почему?
4. Сравнение технологий тайм-менеджмента.
5. *Составление матрицы Эйзенхауэра на неделю, месяц каждым студентом группы, перекрестная проверка и обсуждение результатов.*

### **Тема 5. Персональный бренд: технология и значение**

#### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Самомаркетинг. Самопрезентация.
2. Эволюция системы ценностей.
3. Карьера и личность
4. Принципы карьерной стратегии
5. Жизненные ценности и приоритеты
6. *Продемонстрировать особенности в построении персональных брендов разных категорий субъектов.*

### **Тема 6. Персональный бренд: этапы формирования**


#### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Возможно ли без выстраивания персонального бренда добиться успехов в профессиональной деятельности?
2. Как Вы полагаете, безупречная репутация человека, главный фактор персонального бренда? Почему?
3. Считаете ли Вы правильным эпатировать целевую аудиторию, что обеспечить успешную самопрезентацию? Почему?
4. *Формирование персонального бренда в соответствии с предложенными в лекции тремя этапами, его презентация и групповое обсуждение.*

### **Тема 7. Технологии формирования стрессоустойчивости: стресс и его составляющие**

#### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Считается, что стресс, это, прежде всего, физиологическая реакция организма,

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

- Согласны ли Вы с таким утверждением?
2. Какие качества человека могут противодействовать стрессу?
  3. Зависит ли появление синдрома профессионального выгорания от продолжительности работы человека в одной организации? Почему?
  4. *Тренинг «Управление гневом»*

## **Тема 8. Технологии формирования стрессоустойчивости: преодоление эмоционального выгорания**

### ***Вопросы для обсуждения по теме :***

1. Кто больше подвержен эмоциональному выгоранию?
2. Верно ли утверждение, что смена сферы деятельности каждые 5-7 лет помогает избежать эмоционального выгорания?
3. Основные симптомы эмоционального выгорания.
4. *Тренинг по формированию и развитию навыков стрессоустойчивости. Подготовить развернутый конспект тренинга на стрессоустойчивость*

## **6. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ**

*«Данный вид работы не предусмотрен УП».*


## **7. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ**

*«Данный вид работы не предусмотрен УП».*

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ**

1. Определение самоорганизации.
2. Основные этапы самоорганизации
3. Структура самоорганизации личности: элементы и содержание
4. Индивидуальные особенности личности: две классификации
5. Определение социальных черт личности
6. Элементы стиля решения проблемы
7. Два стиля сбора информации
8. Два стиля оценки информации
9. Определение личных концептуальных черт и их элементы
10. Значение МАК-шкалы
11. Содержание черт эмоциональной адаптации и ее типы
12. Самоконтроль и самоэффективность: соотношение понятий.
13. Основные принципы тайм-менеджмента
14. Характеристики SMART-принципа
15. Содержание диаграммы Ганта.
16. Метод ABC: содержание и использование
17. Формирование и Значение матрицы Эйзенхауэра
18. Перечислите типичные ошибки самоорганизации
19. Понятие стресса
20. Методики выявления стрессовых симптомов и состояний
21. Причины и симптомы эмоционального выгорания
22. Самомаркетинг как элемент позиционирования личности
23. Персональный бренд: определение содержание.
24. Этапы построения персонального бренда.




Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

25. Ключевые принципы выстраивания бренда  
26. Основные ошибки при построении персонального бренда.

## 9. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Форма обучения заочная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы	Объем в часах	Форма контроля
1. Основы самоорганизации и личная эффективность	Проработка учебного материала Подготовка к тестированию	7	Опрос, тестирование,
2. Личность: индивидуальные особенности и классификация	Проработка учебного материала. Проверка заданий Подготовка к тестированию	7	Опрос, тестирование, проверка выполнения заданий
3. Основы принципы и инструменты планирования личной деятельности	Составление матрицы Эйзенхауэра. Планирование собственного проекта с помощью графика Гантта. Подготовка к тестированию	7	Опрос, тестирование, Оценка выполнения заданий
4. Технологии управления временем	Составление матрицы Эйзенхауэра. Планирование собственного проекта с помощью графика Гантта. Подготовка к тестированию	7	Опрос, тестирование, Проверка знаний о навыках управления временем
5. Персональный бренд: технология и значение	Проработка учебного материала Подготовка к тестированию	8	Опрос, тестирование, Оценка выполнения проекта по формированию персонального бренда
6. Персональный бренд: этапы формирования	Проработка учебного материала. Составление проекта собственного бренда Подготовка к тестированию	7	Опрос, тестирование, Оценка выполнения проекта по формированию персонального бренда
7. Технологии формирования стрессоустойчивости: стресс и его составляющие	Проработка учебного материала. Тренинг: по определению склонности к стрессу и фиксации навыков стрессоустойчивости. Подготовка к тестированию	7	Опрос, тестирование, Проверка знаний о навыках стрессоустойчивости
8. Технологии	Проработка учебного	8	Опрос,

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

формирования стрессоустойчивости: преодоление эмоционального выгорания	материала. Тренинг: по определению склонности к стрессу и фиксации навыков стрессоустойчивости. Подготовка к тестированию		тестирование, Проверка знаний о навыках стрессоустойчивости
Итого		58	зачет

## 10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### а) Список рекомендуемой литературы

##### основная:


1. Ильин, В. А. Психология лидерства: учебник для вузов / В. А. Ильин. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 311 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01559-1. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469050>.
2. Водопьянова, Н. Е. Стресс-менеджмент: учебник для вузов / Н. Е. Водопьянова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06475-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472257>
3. Корягина, Н. А. Самопрезентация и убеждающая коммуникация: учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 225 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11562-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/475283>.

##### дополнительная:


4. Савина, Н. В. Тайм-менеджмент в образовании: учебное пособие для вузов / Н. В. Савина, Е. В. Лопанова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 162 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12668-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476731>.
5. Иванова, С. Тайм-менеджмента нет: Психология дружбы со временем / Иванова С. - Москва: Альпина Паблишер, 2021. - 151 с. - ISBN 978-5-9614-4141-3. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785961441413.html>.
6. Психология лидерства: лидерство в социальных организациях: учебное пособие для вузов / А. С. Чернышев [и др.]; под общей редакцией А. С. Чернышева. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 159 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08262-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/474591>.

##### учебно-методическая:

Иванова Т. Ю. Методические рекомендации для самостоятельной работы обучающихся

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

по направлению 40.04.01 «Юриспруденция» для всех форм обучения и реализуемых профилей по дисциплине «Технология самоорганизации личности» - <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/6149>

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

#### б) Программное обеспечение

<b>наименование</b>
Система «Антиплагиат.ВУЗ»
Microsoft Office
ОС Microsoft Windows
СПС Консультант Плюс

#### в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

##### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2022]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2022]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2022]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2022]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. **КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2022].

##### 3. Базы данных периодических изданий:

3.1. База данных периодических изданий EastView : электронные журналы / ООО ИВИС. - Москва, [2022]. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2022]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД Гребенников. – Москва, [2022]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. **Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2022]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. **SMART Imagebase** : научно-информационная база данных EBSCO // EBSCOhost : [портал]. – URL: <https://ebSCO.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

##### 6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральный портал . – URL: <http://window.edu.ru/>. – Текст : электронный.

6.2. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

##### 7. Образовательные ресурсы УлГУ:

7.1. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Mega-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.


Согласовано:

*зам. нач. УИТИ*  
Должность сотрудника УИТИ

*Киселова ИВ*  
ФИО

*[Подпись]*  
подпись

*2022*  
дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

## 1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, групповых и индивидуальных консультаций.

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для предоставления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе, указывается в соответствии со сведениями о материально-техническом обеспечении и оснащённости образовательного процесса, размещёнными на официальном сайте УлГУ в разделе «Сведения об образовательной организации».

## 12. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

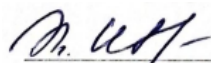
– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;


– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей



Разработчик




д.э.н., проф. Иванова Т.Ю.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		


### ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения или ссылка на прилагаемый текст изменения	ФИО заведующего кафедрой, реализующей дисциплину/выпускающей кафедрой	Подпись	Дата
1.	Внесение изменений в п.п. а) Список рекомендуемой литературы п. 11 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» с оформлением приложения 1	Иванова Т.Ю.		07.06.2023
2.	Внесение изменений в п.п. в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы п. 11 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» с оформлением приложения 2	Иванова Т.Ю.		07.06.2023

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

## Приложение 1.



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

## 10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) Список рекомендуемой литературы

#### основная:

1. Ильин, В. А. Психология лидерства : учебник для вузов / В. А. Ильин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 311 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01559-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511051>.
2. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика : практическое пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 299 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-08627-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514558>.
3. Водопьянова, Н. Е. Стресс-менеджмент : учебник для вузов / Н. Е. Водопьянова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06475-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514353>.

#### дополнительная:

1. Корягина, Н. А. Самопрезентация и убеждающая коммуникация : учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 378 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16070-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530373>.
2. Савина, Н. В. Тайм-менеджмент в образовании : учебное пособие для вузов / Н. В. Савина, Е. В. Лопанова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 162 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12668-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518978>.
3. Косова, Ю. А. Технологии самоорганизации и самообразования : учебное пособие / Ю. А. Косова, Е. Ю. Павлова, Н. В. Сергеева. — Москва : Российский государственный университет правосудия, 2022. — 92 с. — ISBN 978-5-93916-983-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/122917.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. Лицензия: до 15.07.2025.
4. Психолого-педагогические модели и технологии развития личности в цифровой среде / Л. А. Григорович, А. Ю. Александров, В. Р. Атнашев [и др.] ; под редакцией Л. А. Григорович. — Москва : Когито-Центр, Московский институт психоанализа, 2020. — 266 с. — ISBN 978-5-89353-621-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/123785.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. Гарантированный срок размещения в IPR SMART до 26.09.2025 (автопродлонгация)
5. Иванова, С. В. Психология профессионального общения юриста : учебное пособие / С. В. Иванова. - Самара : Самарский юридический институт ФСИН России, 2019. - 84 с. - ISBN 978-5-91612-255-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/109425>. - Режим доступа: по подписке.

#### учебно-методическая:


1. Иванова Т. Ю. Методические рекомендации для самостоятельной работы обучающихся по направлению 40.04.01 «Юриспруденция» для всех форм обучения и реализуемых профилей по дисциплине «Технология самоорганизации личности» / УлГУ, ИЭиБ, Каф. управления. - 2019. - Загл. с экрана. - Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 720 Кб). - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/6149>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.

Согласовано:

*Вед. специалист НБ УлГУ Сафронова О.Н.* / *О* / *10.03*  
 Должность сотрудника научной библиотеки      ФИО      подпись      дата

Приложение 2.



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа дисциплины		

**б) Программное обеспечение**

1. СПС Консультант Плюс
2. Система «Антиплагиат.ВУЗ»
3. ОС Microsoft Windows
4. MicrosoftOffice 2016
5. «МойОфис Стандартный»

**в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы**

**1. Электронно-библиотечные системы:**

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2023]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». - Москва, [2023]. - URL: <https://urait.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». - Санкт-Петербург, [2023]. - URL: <https://e.lanbook.com>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.4. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2023]. - URL: <http://znanium.com>. - Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

**2. КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2023].

**3. Базы данных периодических изданий:**

3.1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». - Москва, [2023]. - URL: <http://elibrary.ru>. - Режим доступа : для авториз. пользователей. - Текст : электронный

3.2. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребеников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД «Гребеников». - Москва, [2023]. - URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. - Режим доступа : для авториз. пользователей. - Текст : электронный.

**4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. - Москва, [2023]. - URL: <https://нэб.рф>. - Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. - Текст : электронный.

**5. Российское образование** : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». - URL: <http://www.edu.ru>. - Текст : электронный.

**6. Электронная библиотечная система УлГУ** : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. - Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. - Текст : электронный.

Согласовано:

Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  / 2023

Должность сотрудника УИИТ

ФИО

Подпись

Дата