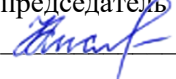


УТВЕРЖДАЮ  
 Проректор по УМР и КО,  
 председатель УМС СГСПУ  
 Н.Н. Кислова

# МОДУЛЬ "УНИВЕРСАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ"

## Самоорганизация и саморазвитие личности

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Психологии и социальной педагогики**

Учебный план ФКИ-м23Кз(2г5м)  
 Направление подготовки: 46.04.03 Антропология и этнология  
 Направленность (профиль): "Культурная антропология"

Квалификация **магистр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72  
 в том числе:  
 аудиторные занятия 8  
 самостоятельная работа 60  
 Часов на контроль 4

Виды контроля в семестрах:  
 зачеты 2

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	2(1.2)		Итого	
	УП	РПД	УП	РПД
Вид занятий				
Лекции	2	2	2	2
Практические	6	6	6	6
В том числе инт.	2	2	2	2
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

Чернышова Евгения Леонидовна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

**Самоорганизация и саморазвитие личности**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 46.04.03 Антропология и этнология (приказ Минобрнауки России от 18.08.2020 г. № 1056)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 46.04.03 Антропология и этнология

Направленность (профиль): "Культурная антропология"

утвержденного учёным советом СГСПУ от 28.10.2022 протокол № 4

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Психологии и социальной педагогики**

Протокол от 30.08.2022 г. № 1

Зав. кафедрой С.А. Севенюк

Начальник УОП



Н.А. Доманина

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

**Цель изучения дисциплины:** формирование готовности к самоорганизации, профессиональному и личностному росту, целостному представлению о внутренних стимулах саморазвития личности. Формировать у обучающихся систему знаний, умений и навыков в области управления процессом самоорганизации и саморазвития личности.

**Задачи изучения дисциплины:** Сформировать систему представлений о процессах самоорганизации и саморазвитии человека; Развивать способности к личностной рефлексии, рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий; Содействовать формированию у обучающихся психологической готовности к применению полученных знаний, умений, навыков в научно-исследовательской и самостоятельной профессиональной деятельности.

**Сфера профессиональной деятельности:** 01 Образование и наука; 07 Административно-управленческая и офисная деятельность

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

Цикл (раздел) ОП: Б1.О.01

**2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:**

Содержание дисциплины базируется на материале:

Современные проблемы науки

**2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**

Производственная практика (научно-исследовательская работа)

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

**УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки**

**УК-6.1 Знает способы саморазвития, способы самоорганизации, способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки**

Знает: технологии целеполагания и целедостижения для постановки собственных целей личностного и профессионального развития, а также требования рынков труда и образовательных услуг для выстраивания траектории личностного саморазвития и профессионального роста; знает техники самоорганизации и самоконтроля для реализации собственной деятельности без ущерба психологическому здоровью

**УК-6.2 Умеет определять личностные и профессиональные приоритеты собственной деятельности для её совершенствования**

Умеет: определять и анализировать уровень самооценки и уровень притязаний как основу для выбора приоритетов собственной деятельности; умеет определять приоритеты собственной деятельности, с позиций личностного развития и этапов профессионального роста

**УК-6.3 Владеет навыками самоорганизации и методами саморазвития для совершенствования собственной деятельности**

Владеет: способами оценки собственных ресурсов; анализом возможностей выбора способов преодоления личностных ограничений на пути достижения целей; владеет навыками организации и проведения научно-исследовательской работы в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами

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

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	<b>Раздел 1. Теоретические основы изучения самоорганизации и саморазвития личности</b>			
1.1	Самоорганизация как основа саморазвития личности. /Лек/	2	2	0
1.2	Самоорганизация как основа саморазвития личности. Сущность саморазвития и его основные характеристики. Самопознание как важнейший элемент саморазвития /Пр/	2	2	0
1.3	Самоорганизация как основа саморазвития личности/Ср/	2	10	0
1.5	Сущность саморазвития и его основные характеристики//Ср/	2	8	0
1.7	Самопознание как важнейший элемент саморазвития. /Ср/	2	8	0
	<b>Раздел 2. Основные методы саморазвития личностной и профессиональной деятельности.</b>			
2.1	Способы, средства и методы самопознания и самооценки. Самопознание как процесс, барьеры самопознания. Саморазвитие и самоопределение личности /Пр/	2	4	2
2.2	Способы, средства и методы самопознания и самооценки /Ср/	2	8	0
2.4	Самопознание как процесс, барьеры и самопознания /Ср/	2	10	0
2.6	Саморазвитие и самоопределение личности /Ср/	2	8	0
2.7	Средства саморазвития: самовоспитание и самообучение/Ср/	2	8	0

**5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)**

**5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)**

2 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

**Раздел 1. Теоретические основы изучения самоорганизации и саморазвития личности**

Лекция № 1 (2 часа)

Самоорганизация как основа саморазвития личности.

Вопросы и задания:

1. Понятие личности в психологии
2. Этапы развития личности

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Самоорганизация как основа саморазвития личности  
 Сущность саморазвития и его основные характеристики  
 Самопознание как важнейший элемент саморазвития

Вопросы и задания:

1. Самопознание: сферы и средства
2. Области самопознания
3. Темперамент и характер
4. Способности: когнитивные, творческие, коммуникативные

**Раздел 2. Основные методы саморазвития личностной и профессиональной деятельности.**

Практические занятия № 2-3 (4 часа)

Способы, средства и методы самопознания и самооценки  
 Самопознание как процесс, барьеры самопознания  
 Саморазвитие и самоопределение личности

Вопросы и задания:

1. Виды и этапы самоопределения человека
2. Содержание жизненного и профессионального самоопределения и их соотношение
3. Понятие самореализации, ее цели и условия
4. Структура самореализации
5. Профессиональная деятельность как способ саморазвития личности

**5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)**

**Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине**

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Продукты деятельности
1	Самоорганизация как основа саморазвития личности	Выполнение творческой самостоятельной работы. Дайте практические рекомендации по самоорганизации. Подготовить групповые презентации в MS PowerPoint на данную тему.	Рекомендации, презентации.
2	Сущность саморазвития и его основные характеристики	Целеполагание. Психологические требования к целеполаганию. Психологические условия целеполагания. Визуализация как средство постановки и достижения цели. Дайте практические рекомендации.	Рекомендации
3	Самопознание как важнейший элемент саморазвития.	Инструменты создания обзора задач. Провести тестирование. Представьте заключение о психических состояниях в учебном процессе (по материалам собственных исследований)	Заключение
4	Способы, средства и методы самопознания и самооценки	Составить план по выполнению творческой самостоятельной работы по самовоспитанию и самообучению.	План
5	Самопознание как процесс, барьеры и самопознания	Образование, самообразование, саморазвитие. Актуальное и перспективное профессиональное самообразование. Составить индивидуальную программу с целью оптимизации профессиональной деятельности, с использованием таких методов, как самонаблюдение, подстройка, материальное подкрепление, социальное подкрепление, контракт с самим собой, контракт со значимым другим.	Программа
6	Саморазвитие и самоопределение личности	Составить план по выполнению творческой самостоятельной работы по самовоспитанию и самообучению.	План
7	Средства саморазвития: самовоспитание и самообучение	Составить план по выполнению творческой самостоятельной работы по самовоспитанию и самообучению.	План

**Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор студента**

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Продукты деятельности
1	Самоорганизация как основа саморазвития личности	Составить план самостоятельных занятий с использованием одного из методов. Провести занятие. Подготовить отчет.	Отчет
2	Сущность саморазвития и его основные характеристики	Составьте таблицу «Барьеры к самопознанию». Дайте характеристику каждого препятствия.	Таблица с характеристиками
3	Самопознание как важнейший элемент саморазвития.	Составьте программу самовоспитания, определив цель, задачи, пути и средства достижения, а также спрогнозируйте результаты.	Программа
4	Способы, средства и методы самопознания и самооценки	Используя программно-целевой метод, разработайте собственную программу профессионально-личностного	Программа

		развития.	
5	Самопознание как процесс, барьеры и самопознания	Апробация на себе теста Л.Н.Шейко «Культурное и профессиональное саморазвитие личности» с составлением заключения и выдачей рекомендаций	Заключение, рекомендации

### 5.3. Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения.

### 5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Емельянова, И. Н.	Основы научной деятельности студента. Магистерская диссертация : учеб. пособие для вузов / (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-09444-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт] URL: <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/442041">https://www.biblio-online.ru/bcode/442041</a>	— Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 115 с. —
Л1.2	А.Г. Портнова, М.В. Теплинских	Избранные проблемы психологии развития: электронное учебное пособие /; Кемеровский государственный университет, Кафедра общей психологии и психологии развития. –Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=481608">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=481608</a>	Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2015. – 184 с. –
Л1.3	Моросанова В.И., Бондаренко И.Н.	Диагностика саморегуляции человека <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=430548&amp;sr=1">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=430548&amp;sr=1</a>	М: Когито-Центр, 2015,
Л.1.4	Дьяков, С.И.	Психосемантика самоорганизации человека как субъекта жизни. Основы психологии субъекта / С.И. Дьяков. -, . - ISBN 978-5-906109-42-2; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=467619">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=467619</a>	СПб. : Издательство Проспект Науки, 2016. - 678 с

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Кольцова В.А., Журавлев А.Л.	Развитие психологии в системе комплексного человекознания, Ч. 1 <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=221207">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=221207</a>	Москва: Институт психологии РАН, 2012,
Л2.2	Журавлев А.Л., Сергиенко Е.А.	Человек, субъект, личность в современной психологии : Материалы Международной конференции, посвященной 80-летию А.В. Брушлинского. Том 3 <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271589">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271589</a>	Москва: Институт психологии РАН, 2013,
Л.2.3	Т.В. Мальцева, И.Е. Реуцкая.	Профессиональное психологическое консультирование : учебное пособие / . – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=117055">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=117055</a>	– Москва : Юнити, 2015. – 144 с

### 6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Teams, OneDrive, Yammer, Stream, SharePoint Online).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

### 6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

**7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1 шт., Комплект учебной мебели
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.

**8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Методические рекомендации для обучающихся и преподавателей по организации изучения дисциплины

Преподавателю, читающему основной курс лекций, рекомендуется обратить внимание на раздел «Теоретические основы изучения самоорганизации и саморазвития личности», поскольку усвоение обучающимися данной темы является наиболее важным для обеспечения дальнейшей эффективной работы по самообразованию и саморазвитию личности на основе собственной самооценки.

Темы «Основные методы саморазвития личностной и профессиональной деятельности», «Способы, средства и методы самопознания и самооценки», «Самопознание как процесс и барьеры и самопознания», «Саморазвитие и самоопределение личности», «Средства саморазвития: самовоспитание и самообучение» необходимо проводить в форме практикумов, где обучающимся предоставляется возможность практической отработки навыков самоорганизации собственной профессиональной деятельности.

Преподаватель, ведущий занятия, должен строго придерживаться той последовательности тем и вопросов, которая заложена в структуре курса. Специфика предмета требует делать серьезный акцент на получении и закреплении практических навыков обучающихся. Поэтому целесообразно включать в сценарии всех занятий решение практических задач.

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Самоорганизация и саморазвитие личности»

Курс 1 Семестр 2

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Раздел 1. Теоретические основы изучения самоорганизации и саморазвития личности</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	5	9
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	9
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	0	9
Контрольное мероприятие по разделу		8	15
Промежуточный контроль		19	42
<b>Раздел 2. Основные методы саморазвития личностной и профессиональной деятельности.</b>			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	23	25
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	9
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	0	9
Контрольное мероприятие по разделу		8	15
Промежуточный контроль		37	58
Промежуточная аттестация			
Итого:		<b>56</b>	<b>100</b>

Виды контроля	Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Текущий контроль по разделу «Теоретические основы изучения самоорганизации и саморазвития личности»</b>		
1	<p>Аудиторная работа</p> <p>Ведение конспекта лекций и работа с ним (учитываются конспекты по всем темам)</p> <p>1 балл – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован</p> <p>2 балла – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, написан разборчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые студентом из других источников.</p> <p>Выступление с докладом или сообщением на семинарском занятии</p> <p>1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы;</p> <p>2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы;</p> <p>3 балла - доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом, доклад сопровождался демонстрацией наглядного материала.</p> <p>Ответы на вопросы на практическом занятии</p> <p>1 балл – присутствие на занятии, реплики, замечания по обсуждаемым вопросам;</p> <p>2 балла – содержательный ответ на один из вопросов занятия;</p> <p>3 балла – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса;</p> <p>4 балла – глубокие и содержательные ответы (дополнения) по всем обсуждаемым</p>	<p>Тема:</p> <p>Самоорганизация как основа саморазвития личности</p> <p>Самоорганизация как основа саморазвития личности.</p> <p>Сущность саморазвития и его основные характеристики.</p> <p>Самопознание как важнейший элемент саморазвития</p> <p>Образовательные результаты:</p> <p>Знает: технологии целеполагания и целедостижения для постановки собственных целей личностного и профессионального развития, а также требования рынков труда и образовательных услуг для выстраивания траектории личностного саморазвития и профессионального роста; знает техники самоорганизации и самоконтроля для реализации собственной деятельности без ущерба психологическому здоровью</p> <p>Умеет: определять и анализировать уровень самооценки и уровень</p>

2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	<p>проблемам.</p> <p><b>Составить индивидуальную программу с целью оптимизации профессиональной деятельности:</b></p> <p>1 балл – текст программы составлен, рекомендации фрагментарны, не полностью соответствуют цели либо задачам</p> <p>2 балла – текст программы составлен, рекомендации фрагментарны, соответствуют цели и задачам, цель достигается</p> <p>3 балла – текст программы составлен, цель достигается, соответствует цели и задачам, даны полные рекомендации.</p> <p><b>Составить план по выполнению творческой самостоятельной работы по самовоспитанию и самообучению.</b></p> <p>1 балл – план составлен, план фрагментарен, не полностью соответствует цели либо возрасту, отчет неполный.</p> <p>2 балла – план составлен, план фрагментарен, соответствует цели и возрасту, цель достигнута, отчет неполный.</p> <p>3 балла – план составлен, план целостен, соответствует цели и возрасту, использованы разнообразные методы саморазвития. Представлен полный отчет по результатам проведенного занятия.</p> <p><b>Провести тестирование. Представьте заключение о психических состояниях в учебном процессе (по материалам собственных исследований)</b></p> <p>1 балл – в заключении представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного уровня</p> <p>2 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов; заключение полное, с самостоятельными выводами.</p> <p>3 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации</p>	<p>притязаний как основу для выбора приоритетов собственной деятельности; умеет определять приоритеты собственной деятельности, с позиций личностного развития и этапов профессионального роста</p> <p>Владеет: способами оценки собственных ресурсов; анализом возможностей выбора способов преодоления личностных ограничений на пути достижения целей; владеет навыками организации и проведения научно-исследовательской работы в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами</p>
3	Самостоятельная работа (на выбор)	<p><b>Составить план самостоятельных занятий по саморазвитию с использованием одного из методов. Провести занятие. Подготовить отчёт.</b></p> <p>1 балл – план составлен, план фрагментарен, не полностью соответствует цели либо возрасту, отчет неполный.</p> <p>2 балла – план составлен, план фрагментарен, соответствует цели и возрасту, цель достигнута, отчет неполный.</p> <p>3 балла – план составлен, план целостен, соответствует цели и возрасту, использованы разнообразные методы саморегуляции. Представлен полный отчет по результатам проведенного занятия</p> <p><b>Используя программно-целевой метод, разработайте собственную программу профессионально-личностного развития.</b></p> <p>1 балл – текст программы составлен, рекомендации фрагментарны, не полностью соответствуют цели либо задачам</p> <p>2 балла – текст программы составлен, рекомендации фрагментарны, соответствуют цели и задачам, цель достигается</p>	



Направление подготовки: 46.04.03 Антропология и этнология  
 Направленность (профиль): "Культурная антропология"  
 Рабочая программа дисциплины «Самоорганизация и саморазвитие личности»

		<p>3 балла – текст программы составлен, цель достигается, соответствует цели и задачам, даны полные рекомендации.</p> <p><b>Апробация на себе по методикам Л.Н.Шейко «Культурное и профессиональное саморазвитие личности», для самооценки культурного и профессионального развития:</b></p> <p>1 балл – тест апробирован, представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного уровня</p> <p>2 балла – тест апробирован, представлены количественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов и заключение</p> <p>3 балла - тест апробирован, представлены количественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов, заключение, даны рекомендации.</p>	
Контрольное мероприятие по разделу	контрольная работа		Тема 1. Самоорганизация как основа саморазвития личности.
Промежуточный контроль (количество баллов)	19 баллов /42 балла		
<b>Текущий контроль по разделу «Основные методы саморазвития личностной и профессиональной деятельности.»</b>			
1	Аудиторная работа	<p>Ведение конспекта лекций и работа с ним (учитываются конспекты по всем темам)</p> <p>0,5 балла – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован</p> <p>1 балл – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, написан разборчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые студентом из других источников.</p> <p>Выступление с докладом или сообщением на семинарском занятии</p> <p>1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы;</p> <p>2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы; доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом, доклад сопровождался демонстрацией наглядного материала.</p> <p>Ответы на вопросы на практическом занятии</p> <p>1 балл – присутствие на занятии, реплики, замечания по обсуждаемым вопросам;</p> <p>2 балла – содержательный ответ на один из вопросов занятия;</p> <p>3 балла – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса;</p> <p>4 балла – глубокие и содержательные ответы (дополнения) по всем обсуждаемым проблемам.</p>	<p>Тема:</p> <p>Способы, средства и методы самопознания и самооценки. Самопознание как процесс, барьеры самопознания. Саморазвитие и самоопределение личности</p> <p>Средства саморазвития: самовоспитание и самообучение</p> <p>Образовательные результаты:</p> <p>Знает: технологии целеполагания и целедостижения для постановки собственных целей личностного и профессионального развития, а также требования рынков труда и образовательных услуг для выстраивания траектории личностного саморазвития и профессионального роста; знает техники самоорганизации и самоконтроля для реализации собственной деятельности без ущерба психологическому здоровью</p> <p>Умеет: определять и анализировать уровень самооценки и уровень притязаний как основу для выбора приоритетов собственной деятельности; умеет определять приоритеты собственной деятельности, с позиций личностного развития и этапов профессионального роста</p> <p>Владеет: способами оценки собственных ресурсов; анализом возможностей выбора способов преодоления</p>
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	<p><b>Составьте план творческой самостоятельной работы. Дайте практические рекомендации по самоорганизации. Подготовить презентации в MS PowerPoint на данную тему.</b></p> <p>1 балл – план составлен, план фрагментарен, не полностью соответствует цели либо нет рекомендаций, использована лишь часть презентации</p> <p>2 балла – план составлен, план фрагментарен, соответствует цели и есть рекомендации, использована часть презентации</p>	

		<p>3 балла – план составлен, план целостен, соответствует цели, расписаны рекомендации, использована презентация.  <b>Составить индивидуальную программу с целью оптимизации профессиональной деятельности, с использованием таких методов, как самонаблюдение, подстройка, материальное подкрепление, социальное подкрепление, контракт с самим собой, контракт со значимым другим:</b>                  1 балл – программа составлена, программа фрагментарна, не полностью соответствует цели либо возрасту, использован лишь один метод самоорганизации и саморазвития                  2 балла – программа составлена, программа фрагментарна, соответствует цели и возрасту, использованы 2-3 метода                  3 балла – программа составлена, программа целостна, соответствует цели и возрасту, использованы разнообразные методы самоорганизации и саморазвития  <b>Провести тестирование. Представьте заключение о психических состояниях в учебном процессе (по материалам собственных исследований)</b>                  1 балл – в заключении представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного уровня                  2 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов; заключение полное, с самостоятельными выводами.                  3 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации</p>	<p>личностных ограничений на пути достижения целей; владеет навыками организации и проведения научно-исследовательской работы в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами</p>
3	Самостоятельная работа (на выбор)	<p><b>Составьте программу самовоспитания, определив цель, задачи, пути и средства достижения, а также спрогнозируйте результаты.</b>                  1 балл – программа составлена, программа фрагментарна, не полностью соответствует цели, задачам и средствам достижения результата.                  2 балла – программа составлена, программа фрагментарна, соответствует цели и задачам, отсутствует прогнозируемый результат                  3 балла – программа составлена, программа целостна, соответствует цели и задачам, использованы разнообразные методы и средства достижения, а также представлены результаты.  <b>Используя программно-целевой метод, разработайте собственную программу профессионально-личностного развития.</b>                  1 балл – индивидуальная программа составлена, программа фрагментарна, не полностью соответствует цели, использован лишь один метод профессионально-личностного развития                  2 балла – программа составлена, программа фрагментарна, соответствует цели, использованы несколько методов профессионально-личностного развития                  3 балла – программа составлена, программа целостна, соответствует цели и задачам, использованы разнообразные методы профессионально-личностного развития.  <b>Апробация на себе по методикам Л.Н.Шейко «Культурное и профессиональное саморазвитие личности», для самооценки культурного и профессионального развития:</b></p>	

Направление подготовки: 46.04.03 Антропология и этнология  
 Направленность (профиль): "Культурная антропология"  
 Рабочая программа дисциплины «Самоорганизация и саморазвитие личности»

	1 балл – тест апробирован, представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного уровня 2 балла – тест апробирован, представлены количественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов и заключение 3 балла - тест апробирован, представлены количественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов, заключение, даны рекомендации.	
Контрольное мероприятие по разделу	контрольная работа	Тема 4. Способы, средства и методы самопознания и самооценки
Промежуточный контроль (количество баллов)	37/58 баллов	
Промежуточная аттестация	56 /100 баллов Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	