Документ подписан профильну Сите В ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Информация о владельце

ФИО: Кислова Наталья Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Должность: Проректор по УМР и качеству образования

Дата подписания: 13.1% **Оамарск**ий государственный социально-педагогический университет»

Уникальный программный ключ:

52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035 Кафедра педагогики и психологии

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

Психология саморазвития

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой Педагогики и психологии

Учебный план ФПСО-б20СПв(4 Γ 6M)АБ

Психология

Квалификация бакалавр

Форма обучения очно-заочная

Общая трудоемкость **33ET**

Часов по учебному плану 108 Виды контроля в семестрах:

в том числе: экзамены 1

аудиторные занятия 24 самостоятельная работа 84

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	1(1.1)		Итого	
Вид занятий	УΠ	РПД	УΠ	РПД
Лекции	8	8	8	8
Практические	14	14	14	14
Консультация перед экзаменом	2	2	2	2
В том числе инт.	6	6	6	6
Итого ауд.	24	24	24	24
Контактная работа	24	24	24	24
Сам. работа	84	84	84	84
Часы на контроль	0	0	0	0
Итого	108	108	108	108

Д.В. Иванов

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

Психология саморазвития

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 07.08.2014г. №946)

составлена на основании учебного плана:

Психология

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 30.08.2019 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Педагогики и психологии

Протокол от 24.09.2019 г. № 2 Переутверждена на основании решения Ученого совета СГСПУ Протокол заседания Ученого совета СГСПУ от 25.02.2022 г. №7. Зав. кафедрой Бусыгина А.Л.

Начальник УОП	
The	Н.А. Ломанина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Целями учебной дисциплины «Психология саморазвития» является формирование у студентов теоретических знаний о механизмах и закономерностях процесса саморазвития, о его особенностях на разных возрастных этапах, знаний в области самопознания и саморазвития, их роли в жизни человека, методических подходов к преодолению барьеров самопознания и саморазвития, практических навыков по консультированию учащихся с проблемами в личностном самоопределении, расширение и углубление компетенций по психологическому консультированию в системе образования.

Задачи изучения модуля (дисциплины):

в области практической деятельности: выявлять специфику психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам научиться психологической диагностике уровня развития познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека; научиться прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях;

в области научно-исследовательской деятельности: научиться проводить психологическое исследование на основе применения общепрофессиональных знаний и умений в различных научных и научно-практических областях психологии.

в области педагогической деятельности: овладеть навыками самообразования на протяжении всей профессиональной

Область профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, включает решение профессиональных задач в сфере образования, здравоохранения, культуры, спорта, обороноспособности страны, юриспруденции, управления, социальной помощи населению.

Объектами профессиональной деятельности выпускников, освоивших программу бакалавриата, являются: психические процессы, свойства и состояния человека, их проявления в различных областях человеческой деятельности, в межличностных и социальных взаимодействиях на уровне индивида, группы, сообщества, а также способы и формы их организации, изменения, воздействия.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:

Б1.В

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале:

Общая психология

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

Основы патопсихологии

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МО-ДУЛЯ)

ОК-7: способностью к самоорганизации и самообразованию

Знать:

особенности процесса самоорганизации и самообразования на разных возрастных этапах

Уметь

использовать знания о механизмах самоорганизации и самообразования в целях личностного и профессионального саморазвития

Владеть:

навыками самообразовательной деятельности, навыками саморазвития и самоорганизации

ПК-4: способностью к выявлению специфики психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам

Знать:

особенности психического функционирования человека с учетом возрастных этапов, кризисов развития

Уметь:

применять методы самопознания и саморазвития к различным возрастным, гендерным, этническим, профессиональным и другим группам

Владеть:

навыками выявления специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов,

кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам

ПК-14: способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп

Знать:

психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса

Уметь:

применять психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса

Владеть:

навыками реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост участников образовательного процесса и охрану здоровья индивидов и групп

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1 Знать:

особенности процесса самоорганизации и самообразования на разных возрастных этапах; особенности психического функционирования человека с учетом возрастных этапов, кризисов развития; психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса

3.2 Уметь:

использовать знания о механизмах самоорганизации и самообразования в целях личностного и профессионального саморазвития; применять методы самопознания и саморазвития к различным возрастным, гендерным, этническим, профессиональным и другим группам; применять психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса

3.3 Владеть:

навыками самообразовательной деятельности, навыками саморазвития и самоорганизации; навыками выявления специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам; навыками реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост участников образовательного процесса и охрану здоровья индивидов и групп

I/ov pove	4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)						
Код заня- тия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Интеракт.			
INA	Раздел 1. Основы изучения самопознания и самосознания	RVDC					
1.1	Общая характеристика самопознания /Лек/	1	1	0			
1.2	Общая характеристика самопознания /Пр/	1	1	1			
1.3	Общая характеристика самопознания /Ср/	1	10	0			
1.4	Подростковый возраст /Лек/	1	1	0			
1.5	Подростковый возраст /Пр/	1	1	0			
1.6	Подростковый возраст /Ср/	1	10	0			
1.7	Юношеский возраст /Лек/	1	2	0			
1.8	Юношеский возраст /Пр/	1	1	1			
1.9	Юношеский возраст /Ср/	1	10	0			
1.10	Понятие, значение и структура самосознания и Я-концепции /Лек/	1	1	0			
1.11	Понятие, значение и структура самосознания и Я-концепции /Пр/	1	1	1			
1.12	Понятие, значение и структура самосознания и Я-концепции /Ср/	1	8	0			
1.13	Самоопределение /Лек/	1	1	0			
1.14	Самоопределение /Пр/	1	2	0			
1.15	Самоопределение /Ср/	1	8	0			
1.16	Профессиональное самоопределение /Лек/	1	1	0			
1.17	Профессиональное самоопределение /Пр/	1	1	0			
1.18	Профессиональное самоопределение /Ср/	1	8	0			
	Раздел 2. Проблемы психологии саморазвития						
2.1	Проблема личностного роста и его психологическая структура /Лек/	1	1	0			
2.2	Проблема личностного роста и его психологическая структура /Пр/	1	1	1			
2.3	Проблема личностного роста и его психологическая структура /Ср/	1	8	0			
2.4	Самоменеджмент (самоуправление) личностным саморазвитием /Пр/	1	2	0			
2.5	Самоменеджмент (самоуправление) личностным саморазвитием /Ср/	1	8	0			
2.6	Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания /Пр/	1	2	1			

2.7	Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания /Ср/	1	8	0
2.8	Аспекты изучения рефлексии /Пр/	1	2	1
2.9	Аспекты изучения рефлексии /Ср/	1	6	0
2.10	Консультация перед экзаменом /КонсЭ/	1	2	0

	5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)				
	5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)				
№ п/п	Наименование разделов дисциплины, тем	Содержание темы			
	Модуль 1. Основы изучения самопознания и самосознания				
1.	Практическое занятие. № 1. Общая характеристика самопознания.	Вопросы: Понятие самопознания. Значение самопознания в жизни человека. Проблема самопознания в религиозных концепциях (буддизм, христианство). Значение самопознания с научной точки зрения (психоанализ, психосинтез, гештальтпсихология, гуманистическая психология). Значение самопознания с точки зрения житейской психологии. Сферы и области самопознания (У. Джеймс, В.В. Столин). «Окно Джогари». Сознание и самосознание. Структура самосознания. Характеристика самопознания как процесса. Этапы самопознания. Общие и специфические закономерности самопознания. Цели и мотивы самопознания. Способы и средства самопознания. Результаты самопознания.			
2.	Практическое занятие. № 2. Подростковый возраст	Вопросы: Общая характеристика подросткового возраста. Выделение возрастных границ подросткового возраста. Асинхронность развития. Общение со сверстниками как ведущая деятельность. Развитие познавательных процессов. Особенности самосознания подростка (исследования Л.И.Божович, Е.Д.Божович, М.И.Боришевского, Т.В.Драгуновой, К.Д.Ковзанадзе, В.А.Крутецкого, В.Н.Куницыной, Н.С.Лукина, Л.С.Сапожниковой, Г.А.Собиевой, И.И.Чесноковой). Специфика осознания подростком своей личности в разных классах. Самооценка как результат самосознания подростка. Развитие самооценки. Уровень притязаний. Исследование возрастной динамики ориентации на оценку и самооценку (Е.И.Савонько). Регуляция поведения через самосознание. Подростковый возраст как период возрастных кризисов. Кризис зависимости/независимости.			
3.	Практическое занятие. № 3. Юношеский возраст	Вопросы: Общая характеристика юношеского возраста. Выделение возрастных границ юности. Самоопределение как основное новообразование ранней юности. Понятие и типы идентичности. Прагматический и творческий типы развития в юношеском возрасте. Обращенность в будущее как аффективный центр жизни в ранней юности. Развитие временной перспективы. Проблемы личностного развития на разных этапах раннего юношеского возраста (проблемы 9, 10, 11-х классов). Развитие самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте. Особенности Я-концепции в ранней юности.			
4.	Практическое занятие. № 4. Понятие, значение и структура самосознания и Я-концепции.	Вопросы: Определение самосознания. Понятие Я-концепции. Различие самосознания и Я-концепции. Функционально-ролевые аспекты Я-концепции. Структура Я-концепции (Р. Бернс, В.Г. Маралов). Основные составляющие Я-концепции (Образ Я, самооценка, поведенческая составляющая). Характеристики Я-концепции. Динамика уровня притязаний в юношеском возрасте.			
5.	Практическое занятие. № 5. Самоопределение.	Вопросы: Основы психологического подхода к проблеме самоопределения (С.Л.Рубинштейн, К.А.Абульханова-Славская). Коллективистическое самоопределение личности (А.В.Петровский). Подход к самоопределению личности в обществе (В.Ф.Сафин и Г.П.Ников). Механизмы самоопределения (А.В.Мудрик). Возрастной аспект проблемы самоопределения (Л.И.Божович). Психологическая готовность к самоопределению (И.В.Дубровина). Психологическое содержание личностного самоопределения в ранней юности (М.Р.Гинзбург).			
6.	Практическое занятие. № 6. Профессиональное самоопределение.	Вопросы: Цели и задачи профессионального самоопределения. Идеальная цель профессионального самоопределения (Н.С.Пряжников). Профессиональное самоопределение как поиск смысла в трудовой деятельности. Два уровня профессионального самоопределения (Е.А.Климов). Психологические «пространства» профессионального самоопределения. Классификации профессий С.П.Струмилина, В.Н.Татищева, Е.А.Климова, Б.С.Братуся, Л.А.Иовайши, Дж.Голланда, Э.Шпрангера. Модуль 2. Проблемы психологии саморазвития			
7.	Практическое занятие. № 7. Проблема личностного роста и его психологическая структура	Вопросы: Проблема психологии личности философско-методологические, онтологические, касающиеся способов теоретических и экспериментальных исследований личности. Взаимосвязь жизненного пути и образа жизни личности. Личностные механизмы реализации, регуляции жизненных явлений. Когнитивно-феноменологический и возрастной подходы при рассмотрении проблемы личностного роста Рассмотрение роста личности через явление саморазвития. Отличительные черты развитой личности. Понятия саморазвития личности. Механизмы и психологические структуры, структуры саморазвития личности (самопознание, самопобуждение, программирование, профессионального и личностного саморазвития, самореализация).			

Продукты

8.	Практическое занятие. № 8. Самоменеджмент (самоуправление) личностным саморазвитием	Вопросы: Понятие самоменеджмента (самоуправления). Значение самоуправления в процессе саморазвития личности. Схема рациональной самоорганизации деятельности. Формирование личного рабочего стиля деятельности. Техники определения личной организованности. Элементы научной организации труда и их роль в саморазвитии личности. Планирование работы. Условия эффективного труда. Приоритеты в работе. Советы по экономии времени. Учет и контроль как исходные положения научной организации труда.
9.	Практическое занятие. № 9. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания.	Вопросы: Значения понятия «идентификация» в психологии. Идентификация как механизм самопознания. Философские и общенаучные предпосылки психологического изучения рефлексии. Исследования рефлексии в зарубежной психологии (Ж.Пиаже, Д.Дернер, Дж.Флейвел, А.Буземан). Исследования рефлексии в отечественной психологии (Б.В.Зейгарник, А.М.Матюшкин, О.К.Тихомиров, Н.И. Гуткина, А.В.Захарова, М.Э.Боцманова, Е.Р.Новикова).
10.	Практическое занятие. № 10. Аспекты изучения рефлексии.	Вопросы: Кооперативный аспект рефлексии. Коммуникативный аспект рефлексии. Личностный аспект рефлексии. Интеллектуальный аспект рефлексии. Основные психологические модели механизмов рефлексии (Г.П.Щедровицкий, С.Ю.Степанов, И.Н.Семенов, Я.А.Пономарев).

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

|--|

Содержание обязательной самостоятельной работы студентов по темам:

п/п	1емы дисциплины	Содержание самостоятельнои расоты студентов	деятельности
1.	Общая характеристика самопознания.	Подготовка докладов о современных подходах к пониманию самоопределения и рефлексии в психоло-	Доклад, текст до- клада
		гии и философии	
2.	Понятие, значение и структура	Психологическое заключение по результатам иссле-	Заключение
	самосознания и Я-концепции.	дования самооценки и Я-концепции	
3.	Аспекты изучения рефлексии.	Доклады по результатам прочтения художественной	Доклад, текст до-
		и научной литературы по проблеме смысла жизни	клада
4.	Проблема личностного роста и	Проведение практического исследования смысло-	Заключение
	его психологическая структура	жизненных ориентаций на трёх испытуемых	
5.	Профессиональное самоопреде-	Проведение практического исследования профессио-	Заключение
	ление.	нального самоопределения на себе	

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор студента:

	Codeparative custoffor proof in diedinatime in proof cifdenia.			
№ π/π	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Продукты деятельности	
1.	Профессиональное самоопре-	Представьте заключение о профессиональной зрелости	Заключение	
	деление.	подростка по материалам собственного исследования		
2.	Профессиональное самоопре-	Сформулировать практические рекомендации подростку	Рекомендации	
	деление.	по проблеме правильного выбора профессии		
3.	Идентификация и рефлексия	Составьте программу развития самосознания и рефлек-	Программа развития	
	как механизмы самопозна-	сивного анализа в юношеском возрасте	самосознания	
	ния.			
4.	Проблема личностного роста	Провести психологический практикум с подростками по	Отчет о проведенном	
	и его психологическая струк-	изучению самосознания, рефлексии	занятии	
	тура			

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 проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

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 Издательство, год			
Л1.1	Тарабакина Л. В.	Эмоциональное развитие подростков: учебное пособие http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=108513	Москва : Прометей, 2011	

- Базы данных Springer eBooks

Л1.2	Зиновкина М.М., Гареев Р.Т., ГоревП.М., Утемов В.В.	Научное творчество : инновационные методы в системе многоуровневого непрерывного креативного образования НФТМ-ТРИЗ: учебное пособие http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277321	Киров: Изд-во ВятГГУ, 2013
		6.1.2. Дополнительная литература	
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Селезнева Е.В.	Грани самоосуществления: от самоотношения к самореализации: монография http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364477	Москва ; Берлин : Директ- Медиа, 2015
Л2.2	Волкова Т.Г.	Практикум по психологии самосознания и саморегуляции: методические материалы к курсу http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=137240	Москва : Директ-Медиа, 2013
Л2.3	Касимова Э.Г.	Психодиагностика: учебное пособие http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272482	Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2014
Л2.4	Мосиенко Л.В.	Реализация концепции ценностного самоопределения студентов в пространстве молодежной субкультуры: монография http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439231	Оренбург: ОГУ, 2015
Л2.5	Останкина Е.	Основы психической саморегуляции : учебное пособие http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=434835	Череповец : Издательство ЧГУ, 2013

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»		

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. Оснащенность: Комплект учебной мебели, меловая доска, ноутбук, переносное проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран на треноге), портативное звукоусиливающее оборудование Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. 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 студентов и преподавателей по организации изучения дисциплины. Преподавателю, читающему основной курс лекций, рекомендуется обратить внимание на раздел «Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания», поскольку подготавливает студентов к практической работе с субъектами образовательной деятельности по проблемам жизненного самоопределения, смысложизненных ориентаций. Преподаватель, ведущий семинарские и практические занятия, должен строго придерживаться той последовательности тем и вопросов, которая заложена в структуре лекций. Специфика предмета требует делать серьезный акцент на получении и закреплении практических навыков слушателей. Поэтому целесообразно включать в сценарии всех семинарских занятий решение практических задач. Темы «Профессиональное самоопределение», «Проблема личностного роста и его психологическая структура», «Самоменеджмент (самоуправление) личностным саморазвитием», «Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания», «Аспекты изучения рефлексии» необходимо проводить в форме семинаров-практикумов, где студентам предоставляется возможность практической отработки навыков саморазвития, самосовершенствования, личностного роста.

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Психология саморазвития»

	Вид контроля	Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Моду	ль 1. Основы изучения самопознания и самосознания		
Текуп	ций контроль по модулю:		
1	Аудиторная работа	7	11
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	6	11
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор студента)	0	8
Контр	ольное мероприятие по модулю (учитывается в самостоятельной работе)	6	10
Пром	ежуточный контроль	19	42
Моду	ль 2. Проблемы психологии саморазвития		
Текуп	ций контроль по модулю:		
1	Аудиторная работа	27	35
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	4	6
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор студента)	0	7
Контр	ольное мероприятие по модулю	6	10
Пром	ежуточный контроль	37	58
		56	100

Таблица 2

		Габлица 2
Вид контроля	Примеры заданий ¹ , критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образова-
1.0		тельные результаты
Модуль 1. Основы изучения сан	мопознания и самосознания	
Текущий контроль по модулю		
1. Аудиторная работа	Ведение конспекта лекций и работа с ним (учитываются конспекты по всем темам)	Тема 1. Общая характеристика
	0,5 балла – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структури-	самопознания.
	рован	Тема 2. Подростковый возраст
	1 балл – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, написан раз-	Тема 3. Юношеский возраст
	борчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые студентом из других источников.	Тема 4. Понятие, значение и
	Выступление с докладом или сообщением на семинарском занятии	структура самосознания и Я- кон-
	1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	цепции.
	современное видение проблемы;	Тема 5. Самоопределение.
	2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	Тема 6. Профессиональное само-
	современное видение проблемы; доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение ма-	определение.
	териалом, доклад сопровождался демонстрированием наглядного материала.	Знает: особенности процесса са-
	Ответы на вопросы на семинарском занятии	моорганизации и самообразова-
	1 балл – присутствие на семинаре, реплики, замечания по обсуждаемым вопросам;	ния на разных возрастных этапах;
	2 балла – содержательный ответ на один из вопросов занятия;	Умеет: использовать знания о ме-
	3 балла – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса;	ханизмах самоорганизации и са-
	4 балла – глубокие и содержательные ответы (дополнения) по всем обсуждаемым проблемам.	мообразования в целях личност-
	Посещение занятия	ного и профессионального само-
	1-3 занятий — 1 балл,	развития;

	4-6 — 3 балла,	Владеет: навыками самообразова-
	7-9 — 5 баллов	тельной деятельности, навыками
2.Самостоятельная работа (обяз.)	Подготовка докладов о современных подходах к пониманию самоопределения и рефлексии в психологии и фило-	саморазвития и самоорганизации.
	софии	Знает: особенности психического
	1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	функционирования человека с
	современное видение проблемы;	учетом возрастных этапов, кризи-
	2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	сов развития;
	современное видение проблемы;	Умеет: применять методы само-
	3 балла – доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом, доклад сопро-	познания и саморазвития к раз-
	вождался демонстрированием наглядного материала	личным возрастным, гендерным
	Психологическое заключение по результатам исследования самооценки и Я-концепции	этническим, профессиональным и
	1 балл – в заключении представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного	другим группам;
	уровня	Владеет: навыками выявления
	2 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация	специфики психического функци-
	результатов; заключение полное, с самостоятельными выводами.	онирования человека с учётом
	3 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация	особенностей возрастных этапов,
	результатов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации	кризисов развития и факторов
	4 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация	риска, его принадлежности к ген-
	результатов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации, подготовлена презентация.	дерной, этнической, профессио-
	Проведение практического исследования профессионального самоопределения на себе	нальной и другим социальным
	1 балл – в заключении представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного	группам.
	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	
	4 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация	
	результатов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации, подготовлена презентация.	
3.Самостоятельная работа (на	Представьте заключение о профессиональной зрелости подростка по материалам собственного исследования	
выбор)	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	
	4 балла – в заключении представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация	
	результатов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации, подготовлена презентация.	
	Сформулировать практические рекомендации подростку по проблеме правильного выбора профессии	
	1 балл – рекомендации составлены, рекомендации фрагментарны, не полностью соответствуют цели либо возрасту	
	2 балла – рекомендации составлены, рекомендации фрагментарны, соответствует цели и возрасту, цель достигается	
	3 балла – рекомендации составлены, цель достигается, соответствует цели и возрасту, рекомендации полные	
	4 балла – рекомендации составлены, цель достигается, соответствует цели и возрасту, рекомендации полные, подго-	
	товлена презентация.	
Контрольное мероприятие по модулю	контрольная работа	Тема 1. Общая характеристика самопознания.
Промежуточный контроль	19 баллов /42 балла	

Вид контроля	Примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образова-		
N 2 H 6		тельные результаты		
Модуль 2. Проблемы психологии саморазвития				
	сущий контроль по модулю			
1. Аудиторная работа	Ведение конспекта лекций и работа с ним (учитываются конспекты по всем темам)	Тема 7. Проблема личностного		
	0,5 балла – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структури-	роста и его психологическая		
	рован	структура.		
	1 балл – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, написан раз-	Тема 8. Самоменеджмент (само-		
	борчиво, структурирован, содержит дополнительные сведения, почерпнутые студентом из других источников.	управление) личностным само-		
	Выступление с докладом или сообщением на семинарском занятии	развитием.		
	1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	Тема 9. Идентификация и рефлек-		
	современное видение проблемы;	сия как механизмы самопознания.		
	2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	Тема 10. Аспекты изучения ре-		
	современное видение проблемы; доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение ма-	флексии.		
	териалом, доклад сопровождался демонстрированием наглядного материала.	Знает: особенности психического		
	Ответы на вопросы на семинарском занятии	функционирования человека с		
	1 балл – присутствие на семинаре, реплики, замечания по обсуждаемым вопросам;	учетом возрастных этапов, кризи-		
	2 балла – содержательный ответ на один из вопросов занятия;	сов развития;		
	3 балла – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса;	Умеет: применять методы само-		
	4 балла – глубокие и содержательные ответы (дополнения) по всем обсуждаемым проблемам.	познания и саморазвития к раз-		
	Посещение занятия	личным возрастным, гендерным,		
	1-3 занятий — 1 балл,	этническим, профессиональным и		
	4-6 — 3 балла,	другим группам;		
2.5	7-9 – 5 баллов	Владеет: навыками выявления		
2.Самостоятельная работа (обяз.)	Доклады по результатам прочтения художественной и научной литературы по проблеме смысла жизни	специфики психического функци-		
	1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	онирования человека с учётом		
	современное видение проблемы;	особенностей возрастных этапов,		
	2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено	кризисов развития и факторов		
	современное видение проблемы;	риска, его принадлежности к ген-		
	3 балла – доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом, доклад сопро-	дерной, этнической, профессио-		
	вождался демонстрированием наглядного материала	нальной и другим социальным		
	Проведение практического исследования смысложизненных ориентаций на трёх испытуемых	группам.		
	1 балл – тест апробирован, представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктив-	Знает: психологические техноло-		
	ного уровня	гии, ориентированные на лич- ностный рост участников образо-		
	2 балла – тест апробирован, представлены количественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов	вательного процесса		
	и заключение	-		
	3 балла - тест апробирован, представлены количественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов,	Умеет: применять психологические технологии, ориентирован-		
3.Самостоятельная работа (на вы-	заключение, даны рекомендации	ные на личностный рост участни-		
	Составьте программу развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте 1 балл — программа составлена, программа фрагментарна, не полностью соответствует цели либо возрасту, исполь-	ков образовательного процесса;		
бор)	т оалл – программа составлена, программа фрагментарна, не полностью соответствует цели лиоо возрасту, исполь- зован лишь один метод развития самосознания	Владеет: навыками реализации		
	зован лишь один метод развития самосознания 2 балла – программа составлена, программа фрагментарна, соответствует цели и возрасту, использованы 2-3 метода	психологических технологий,		
		ориентированных на личностный		
	развития самосознания	рост участников образователь-		
	3 балла – программа составлена, программа целостна, соответствует цели и возрасту, использованы разнообразные методы развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте	ного процесса и охрану здоровья		
	методы развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте	1 1 1		
		индивидов и групп.		

	4 балла – программа составлена, программа целостна, соответствует цели и возрасту, использованы разнообразные	
	методы развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте, подготовлена презентация	
	Провести психологический практикум с подростками по изучению самосознания, рефлексии	
	1 балл – в отчете представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного уровня	
	2 балла – в отчете представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация ре-	ļ
	зультатов; заключение полное, с самостоятельными выводами.	
	3 балла – в отчете представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация резуль-	
	татов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации.	
Контрольное мероприятие по мо-	контрольная работа	Тема 7. Проблема личностного
дулю		роста и его психологическая
		структура.
Промежуточный контроль	37/58 баллов	
Промежуточная аттестация	56 /100 баллов	