

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет психологии и дефектологии

Кафедра психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Основы саморазвития и самообразования

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки: Психология в образовании и социальной сфере

Форма обучения: Очная

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (приказ № 1457 от 14.12.2015 г.) и учебного плана, утвержденного Ученым советом МГПУ (от 15.05.2017 г., протокол №13)

Разработчики:

Кондратьева Н. П., доцент Новиков П. В., доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 13 от 21.04.2017 года

Зав. кафедрой _____  _____ Варданын Ю. В.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 18.05.2018 года

Зав. кафедрой _____  _____ Варданын Ю. В.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 13 от 15.05.2019 года

Зав. кафедрой _____  _____ Варданын Ю. В.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 2 от 18.09.2020 года

Зав. кафедрой _____  _____ Варданын Ю. В.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - вооружение будущих бакалавров знаниями, способствующими осознанию собственных личностных особенностей и реализации системы действий по их совершенствованию с учетом специфики предстоящей профессиональной деятельности, формирование компетенции самообразования и установки на непрерывное совершенствование самостоятельной образовательной деятельности.

Задачи дисциплины:

- развитие адекватного понимания и принятия собственных личностных особенностей ;
- совершенствование мотивации самопознания и саморазвития;
- ознакомление с приемами самообразования, принципами и правилами организации образовательной деятельности;
- развитие умений самоорганизации и самообразования;
- выработка стратегии самосовершенствования;
- развитие познавательной самостоятельности и активности обучающихся.

2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.Б.02.09 «Основы саморазвития и самообразования» относится к базовой части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: наличие элементарных представлений и умений в области самопознания.

Освоение дисциплины Б1.Б.02.09 «Основы саморазвития и самообразования» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.ОД.10 Психология труда и профессионального развития.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Основы саморазвития и самообразования», включает: сферы образования, культуры, здравоохранения, а также социальную сферу..

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- социализация;
- индивидуально-личностное развитие обучающихся;
- здоровье обучающихся;
- психолого-педагогическое и социальное сопровождение обучающихся, педагогических работников и родителей (законных представителей) в образовательных организациях различного типа.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог-психолог (психолог в сфере образования), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №514 н от 24.07.2015).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-7 способностью к самоорганизации и самообразованию.

Трудовая функция: А/06.7 Психологическое просвещение субъектов образовательного процесса.

Необходимое умение: А/06.7/Ум4 Владеть навыками преподавания, ведения дискуссий, презентаций.

Трудовое действие: А/06.7/Де2 Информирование субъектов образовательного процесса о формах и результатах своей профессиональной деятельности.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	36	36
Лекции	18	18
Практические	18	18
Самостоятельная работа (всего)	36	36
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5 Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Основы саморазвития:

Понятие о саморазвитии. Основные этапы (шаги) саморазвития. Самопознание. Задачи, способы, средства, результаты самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Барьеры самопознания. Сущность саморазвития и его основные характеристики. Саморазвитие и жизненный путь личности. Саморазвитие как процесс. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития. Барьеры саморазвития. Моя точка опоры. Достоинства личности. Мотивация к саморазвитию. Я и мой самоконтроль. Я и моя эффективность. Планирование своего будущего

Модуль 2. Основы самообразования:

Самообразование в современном информационном обществе. Роль самообразования в личностном самоопределении, в жизни человека. Индивидуальный образовательный маршрут. Пять компонентов умения учиться. Роль мотивов в достижении цели. Общеучебная стратегия: знаю – хочу узнать – узнал. Семишаговая процедура выполнения заданий. Основные принципы и психологические приемы организации самостоятельной деятельности. Способы планирования, анализа, рефлексии результатов образовательной деятельности. Приемы распределения времени. Мнемотехники, обучение способам запоминания. Приемы работы с различными источниками информации. Формирование читательской грамотности. Стратегии предтекстовой, текстовой и послетекстовой деятельности. Структурирование письменной информации

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (18 ч.)

Модуль 1. Основы саморазвития (10 ч.)

Тема 1. Общее представление о саморазвитии (2 ч.)

1. Понятие о саморазвитии
2. Значение саморазвития в жизни человека.
3. Возрастные возможности саморазвития
4. Основные этапы (шаги) саморазвития.

Тема 2. Самопознание как первый этап саморазвития (2 ч.)

1. Представление о самопознании.
2. «Окно Джогарри».
3. Задачи самопознания.
4. Способы самопознания.

Тема 3. Самопознание как первый этап саморазвития (2 ч.)

1. Средства самопознания.
2. Результаты самопознания.
3. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания.
4. Барьеры самопознания.

Тема 4. Особенности саморазвития (2 ч.)

1. Сущность саморазвития и его основные характеристики.
2. Саморазвитие и жизненный путь личности.
3. Саморазвитие как процесс.
4. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация.
5. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития.
6. Барьеры саморазвития.

Тема 5. Практические аспекты саморазвития (2 ч.)

1. Достоинства личности.
2. Мотивация к саморазвитию.
3. Я и мой самоконтроль.
4. Я и моя эффективность.
5. Планирование своего будущего.

Модуль 2. Основы самообразования (8 ч.)

Тема 6. Самообразование в современном информационном обществе (2 ч.)

1. Понятие о самообразовании.
2. Роль самообразования в личностном самоопределении, в жизни человека.
3. Индивидуальный образовательный маршрут.

Тема 7. Особенности организации собственной деятельности (2 ч.)

1. Пять компонентов умения учиться.
2. Общеучебная стратегия: знаю – хочу узнать – узнал.
3. Семишаговая процедура выполнения заданий.

Тема 8. Особенности организации собственной деятельности (2 ч.)

1. Стратегия обучения К-Р-Э-М-И.
2. Приемы активного самообразования.
3. Планирование собственного времени.

Тема 9. Работа с информацией (2 ч.)

1. Составление плана текста.
2. Конспектирование текста.
3. Написание аннотации.
4. Установки в чтении научного текста и виды чтения.
5. Мнемотехники, обучение способам запоминания.
6. Правила самостоятельной работы с литературой.
7. Стратегии предтекстовой, текстовой и послетекстовой деятельности.

53 Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)

Модуль 1. Основы саморазвития (8 ч.)

Тема 1. Общее представление о саморазвитии (2 ч.)

1. Понятие о саморазвитии
2. Значение саморазвития в жизни человека.
3. Возрастные возможности саморазвития
4. Основные этапы (шаги) саморазвития.

Тема 2. Самопознание как первый этап саморазвития (2 ч.)

1. Представление о самопознании.
2. «Окно Джогарри».
3. Задачи самопознания.
4. Способы самопознания.

Тема 3. Самопознание как первый этап саморазвития (2 ч.)

1. Средства самопознания.
2. Результаты самопознания.
3. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания.
4. Барьеры самопознания.

Тема 4. Особенности саморазвития (2 ч.)

1. Сущность саморазвития и его основные характеристики.
2. Саморазвитие и жизненный путь личности.
3. Саморазвитие как процесс.
4. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация.
5. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития.
6. Барьеры саморазвития.

Модуль 2. Основы самообразования (10 ч.)

Тема 5. Самообразование в современном информационном обществе (2 ч.)

1. Понятие о самообразовании.
2. Роль самообразования в личностном самоопределении, в жизни человека.
3. Индивидуальный образовательный маршрут

Тема 6. Особенности организации собственной деятельности (2 ч.)

1. Пять компонентов умения учиться.
2. Общеучебная стратегия: знаю – хочу узнать – узнал.
3. Семишаговая процедура выполнения заданий.
4. Стратегия обучения К-Р-Э-М-И.
5. Приемы активного самообразования.
6. Планирование собственного времени.

Тема 7. Особенности организации собственной деятельности (2 ч.)

1. Сущность и предназначение интеллект-карт.
2. Особенности составления интеллект-карт.
3. Возможности использования интеллект-карт в повседневной жизни.
4. Недостатки традиционного способа ведения записей.
5. Использование интеллект-карт для развития творчества и планирования будущего.

Тема 8. Работа с информацией (2 ч.)

1. Составление плана текста.
2. Конспектирование текста.
3. Написание аннотации.

Тема 9. Работа с информацией (2 ч.)

1. Мнемотехники, обучение способам запоминания.
2. Правила самостоятельной работы с литературой.
3. Стратегии предтекстовой, текстовой и послетекстовой деятельности.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Первый семестр (36 ч.)

Модуль 1. Основы саморазвития (18 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

1. Составить библиографический список статей в журналах «Вопросы психологии» и «Психологический журнал» по проблемам психологии личности, самопознания, саморазвития.

2. Подготовка к работе в группе с упражнением «Автопилот»: записать в тетради не менее десяти фраз установок типа: «Я умный!», «Я обаятельная!» и т. п. Эти установки должны относиться непосредственно к Вам, отражать Ваши личные жизненные цели.
3. Оформить «Дневник личностного самоизучения», ответив на вопросы и выполнив задания, предлагаемые в процессе освоения курса.
4. Определить основные линии собственного дальнейшего личностного становления и развития.
5. Пополнить копилку методик исследования уровня личностного развития педагога и учащихся, работать над ее дополнением.
6. Пополнить педагогическую копилку тренинговыми материалами (заданиями, упражнениями, играми и т. д.) по профессионально-личностному саморазвитию, а также по развитию личностных качеств детей, подростков и других субъектов образовательного процесса.
7. Составить программу саморазвития.

Модуль 2. Основы самообразования (18 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

1. Осуществить диагностику степени сформированности навыков самообразования.
2. Составить планы параграфов «Темперамент и продуктивность деятельности», «Самооценка и уровень притязаний», «Проблемы общения в семье» книги: Грановская, Р. М. Элементы практической психологии / Р. М. Грановская – 2-е изд. – Л. : Изд-во Ленинградского университета. 1988. – 560 с.
3. Составить аннотацию книги: Бьюзен, Т. Думайте эффективно / Т. Бьюзен ; пер. с англ. Т. И. Попова. – 2-е изд. – Мн. : Попурри, 2009. – 96 с .
4. Составить интеллект-карту любой темы в рамках общей психологии.
5. Составить план действий по развитию умения учиться.
6. Продумать и предложить характеристики активного обучения.
7. Овладеть какой-либо мнемотехникой и продемонстрировать это на практическом занятии.
8. Оформить конспект статьи, тематически связанной с данной учебной дисциплиной, из любого психологического журнала.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-7	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 1: Основы саморазвития.
ОК-7	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 2: Основы самообразования.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:
Компетенция ОК-7 формируется в процессе изучения дисциплин:

Адаптационный тренинг, Основы саморазвития и самообразования, Психология труда и профессионального развития.

82 Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; сформированы умения применять на практике теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в области саморазвития и самообразования; владеет навыками решения практических задач по саморазвитию и самообразованию.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; в достаточной степени сформированы умения применять на практике теоретические знания; умеет оценивать собственные достижения; умеет решать практические задачи в области саморазвития и самообразования.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание дисциплины; демонстрирует практические умения применения знаний в области саморазвития и самообразования.

Уровень ниже порогового:

демонстрирует студент, обнаруживший пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допускающий принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, касающихся саморазвития и самообразования.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; демонстрирует практические умения применения знаний в области саморазвития и самообразования.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы относительно собственного саморазвития и самообразования и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

83 Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Основы саморазвития

ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию

1. Процесс познания человеком своих актуальных и потенциальных свойств, личностных и интеллектуальных особенностей, отношений с другими – это: а) саморазвитие; б) самоутверждение; в) самопознание; г) самоактуализация.

2. К специфическим мотивам самопознания относится: а) мотив самоуважения; б) мотив достижения; в) мотив самореализации; г) мотив интереса к себе.

3. Степень осознанности – неосознанности самопознания является: а) закономерностью самопознания; б) результатом самопознания; в) средством самопознания; г) способом самопознания.

4. Самопринятие является: а) способом самопознания; б) результатом самопознания; в) средством самопознания; г) мотивом самопознания.

5. Самоотчет является: а) способом самопознания; б) результатом самопознания; в) средством самопознания; г) мотивом самопознания.

6. К механизмам самопознания относятся: а) идентификация и рефлексия; б) идентификация и самореализация; в) рефлексия и самоутверждение.

7. К барьерам самопознания относится: а) самосовершенствование; б) самопринятие; в) самореализация; г) боязнь познания себя.

8. В ходе самопознания проявляется: а) самооценка; б) характер; в) темперамент; г) Я-концепция.

9. Соотношение того, что человек знает (не знает) о себе, и что о нем знают (не знают) другие, отражает: а) «окно Роджерса»; б) «окно Джогари»; в) «квадрат Джеймса»; г) «прямоугольник Уотсона».

10. Неумение преодолеть собственный эгоцентризм – это: а) средство самопознания; б) барьер самопознания; в) способ самопознания; г) результат самопознания.

11. Чаще всего не зависят от личности и обусловлены вторжением различных внешних сил в судьбу человека события: а) среды; б) поведения человека в окружающей среде; в) внутренней жизни.

12. Выявляют позитивную ценность самого себя события: а) среды; б) поведения человека в окружающей среде; в) внутренней жизни.

13. Узловые моменты и поворотные этапы жизненного пути индивида, когда с принятием того или иного решения на более или менее длительный период времени определяются перспективы жизнедеятельности – это

14. Субъектом ... человек становится только тогда, когда он более или менее осознанно начинает ставить цели по самоутверждению, самосовершенствованию, самореализации.

15. Самонаблюдение является ... самопознания.

16. Первым шагом в саморазвитии является

17. Механизмами саморазвития являются самопринятие и

18. Изучение психологии является ... самопознания.

19. Перечислите шаги саморазвития.

Модуль 2: Основы самообразования

ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию

1. К источникам самообразования относится: а) интернет; б) саморазвитие; в) самостоятельное выполнение практических упражнений; г) самовнушение.

2. К методам самообразования относится: а) интернет; б) саморазвитие; в) самостоятельное выполнение практических упражнений; г) самовнушение.

3. Третий шаг в овладении компетенцией самообразования – это: а) осмысление мотивов обращения к самообразованию; б) отработка умений: планировать работу распределять время овладение приемами учебной работы и умениями работать с разными источниками информации; в) инвентаризация возможностей: анализ качеств личности.

4. Последовательность этапов самообразования такова: а) освоение, информирование, применение; б) информирование, освоение, применение; в) информирование, применение, освоение.

5. Стратегия самообразования, целью которой является развитие рефлексивности в процессе познания, называется: а) «Знаю – Хочу узнать – Узнал»; б) «Умею – Хочу уметь – Уже умею»; в) «Знаю – Хочу научиться – Научился».
6. Четвертый шаг в овладении компетенцией самообразования – это: а) осмысление мотивов обращения к самообразованию; б) отработка умений: планировать работу распределять время овладение приемами учебной работы и умениями работать с разными источниками информации; в) инвентаризация возможностей: анализ качеств личности.
7. Одной из основных установок в чтении научного текста является: а) обобщающая; б) усваивающая; в) аналитико-синтетическая.
8. Одним из видов чтения является: а) ознакомительное; б) обобщающее; в) заключительное.
9. Стратегия обучения К-Р-Э-М-И расшифровывается как: а) креативность, размышление, эффективность, мотивация, искренность; б) креативность, размышление, эффективность, мотивация, инициативность; в) креативность, результативность, эффективность, мотивация, инициативность.
10. Люди лучше выполняют список запланированных дел, если составят его: а) перед сном; б) утром; в) в середине дня.
11. ... – это целенаправленная познавательная деятельность, управляемая самой личностью.
12. То, что человек получает самостоятельно, он ценит ..., нежели то, что было получено им без каких бы то ни было усилий.
13. К основным характеристикам самообразования относится самостоятельность, непрерывность, дисциплинированность, ... , нацеленность на результат.
14. В процессе самообразования осуществляется
15. Самообразование осуществляется ... и сознательно.
16. ... – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора.
17. ... – предельно краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения.
18. Охарактеризуйте особенности собственного самообразования.

84. Вопросы промежуточной аттестации

Первый семестр (Зачет, ОК-7)

1. Проанализировать понятие саморазвития.
2. Охарактеризовать возрастные возможности саморазвития.
3. Перечислить и охарактеризовать основные этапы (шаги) саморазвития.
4. Охарактеризовать процесс самопознания.
5. Перечислить и охарактеризовать задачи, способы, средства, результаты самопознания.
6. Изложить суть и особенности идентификации и рефлексии как механизмов самопознания.
7. Объяснить суть «Окна Джогарри».
8. Охарактеризовать барьеры самопознания.
9. Раскрыть сущность саморазвития и его основные характеристики.
10. Соотнести саморазвитие и жизненный путь личности.
11. Охарактеризовать формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация.
12. Охарактеризовать самопринятие и самопрогнозирование как механизмы саморазвития.
13. Перечислить и охарактеризовать барьеры саморазвития.
14. Проанализировать понятие самообразования.
15. Перечислить и охарактеризовать пять компонентов умения учиться.
16. Проанализировать общеучебную стратегию: знаю – хочу узнать – узнал.
17. Охарактеризовать семишаговую процедуру выполнения заданий.

18. Объяснить стратегию обучения К-Р-Э-М-И.
19. Охарактеризовать сущность и предназначение интеллект-карт.
20. Представить возможности использования интеллект-карт в повседневной жизни.
21. Охарактеризовать процесс конспектирования текста.
22. Охарактеризовать процесс написания аннотации.
23. Охарактеризовать планирование собственного времени.
24. Охарактеризовать особенности составления плана текста.
25. Перечислить и охарактеризовать установки в чтении научного текста и виды чтения.
26. Объяснить сущность мнемотехник, особенности обучения способам запоминания.
27. Проанализировать правила самостоятельной работы с литературой.
28. Охарактеризовать стратегии предтекстовой, текстовой и послетекстовой деятельности.

85. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Тесты

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.

При определении уровня достижений студентов при решении учебных практических задач необходимо обращать особое внимание на следующее:

- способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творчески планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации;
- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы и задания;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать

в постановке и решении учебных задач;

- грамотное использование основной и дополнительной литературы;
- умение использовать современные информационные технологии для решения учебных задач, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Волкова, Т.Г. Практикум по психологии самосознания и саморегуляции : методические материалы к курсу / Т.Г. Волкова ; сост. И.А. Мананникова. - Москва : Директ-Медиа, 2013 - 62 с. - ISBN 978-5-4458-2241-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=137240>

2. Гинецинский, В.И. Пропедевтика психологического самообразования : учебное пособие / В.И. Гинецинский. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2013. - 64 с. - ISBN 978-5-98238-042-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277325>

3. Останкина, Е. Основы психической саморегуляции : учебное пособие [Электронный ресурс] / Е. Останкина ; науч. ред. В.Г. Маралов ; Череповецкий государственный университет. - Череповец : Издательство ЧГУ, 2013 - 126 с. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=434835>

Дополнительная литература

1. Арон, И.С. Психология развития профессионала : учебное пособие [Электронный ресурс] / И.С. Арон ; Поволжский государственный технологический университет. - Йошкар-Ола : ПГТУ, 2017. - 164 с. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=476163>

2. Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности : учебное пособие / ред. Г.А. Кузьменко. - Москва : Прометей, 2013. - 560 с. - ISBN 978-5-7042-2507-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php>

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://azps.ru/handbook/> - Психологический словарь
2. <http://bookap.info> - Библиотека психологической литературы
3. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
4. <http://www.pirao.ru> - Психологический институт РАО

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на практическом занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;

- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
 - подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
 - продумывайте высказывания по темам, предложенным к практическому занятию.
- Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
 - составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
 - выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.
- Рекомендации по составлению плана саморазвития

Начертите таблицу, в первой колонке которой указывайте личностное качество, которое Вы в себе хотите развить или, напротив, скорректировать. Во второй колонке таблицы укажите возможные способы и шаги по работе над развитием качества (достоинства) или его нивелированием, если это недостаток.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационно-справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Лаборатория развития профессиональной компетентности педагога и психолога в системе непрерывного образования (№ 208).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (компьютер, проектор, гарнитура, вебкамера, документ-камера); доска магнитно-маркерная Эконом.

Лабораторное оборудование: автоматизированное рабочее место в составе (ноутбук Lenovo, мышь, сумка, замок, гарнитура) – 5 шт.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Лаборатория общей и экспериментальной психологии (№ 210).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (компьютер, проектор, гарнитура, вебкамера, интерактивная доска, магнитно-маркерная доска, мышь).

Лабораторное оборудование: компьютер «Сириус» в составе (системный блок, монитор, сетевой фильтр, мышь, клавиатура) – 3 шт.; персональный компьютер в составе (системный блок, монитор, сетевой фильтр, мышь, коврик, клавиатура) – 12 шт.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Помещение для самостоятельной работы (№ 217).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (учебный мультимедийный комплекс: трибуна, проектор, лазерная указка, маркерная доска) с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал (№ 101).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер – 10 шт., проектор с экраном, многофункциональное устройство, принтер).

Учебно-наглядные пособия:

Учебники и учебно-методические пособия, периодические издания, справочная литература; стенды с тематическими выставками.

Лицензионное программное обеспечение:

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал электронных ресурсов (№ 101б).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер – 12 шт., мультимедийный проектор, многофункциональное устройство, принтер).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации; электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.

