


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Кислова Наталья Николаевна  
Должность: Проректор по УМР и качеству образования  
Дата подписания: 28.04.2019  
Уникальный программный ключ:  
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Самарский государственный социально-педагогический университет»**

**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-617СПз(5г)АБ.plx  
Психология

С изменениями:  
протокол №4 от 30.11.2018

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 108  
в том числе:  
аудиторные занятия 14  
самостоятельная работа 85  
часов на контроль 9

Виды контроля на курсах:  
экзамены 1

#### **Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс	1		Итого	
	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	4	4	4	4
Практические	8	8	8	8
В том числе инт.	4	4	4	4
Итого ауд.	14	14	14	14
Контактная работа	14	14	14	14
Сам. работа	85	85	85	85
Часы на контроль	9	9	9	9
Консультация перед экзаменом	2	2	2	2
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

*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

С изменениями:

протокол №4 от 30.11.2018

утвержденного учёным советом вуза от 30.08.2016 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Педагогики и психологии**

Протокол от 28.08.2018 г. № 1

Зав. кафедрой Бусыгина А.Л.

Начальник УОП



\_\_\_\_\_ Н.А. Доманина

### 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 жизни.

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 (МОДУЛЯ)

#### 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

<b>ПК-14: способностью к реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников организации и охрану здоровья индивидов и групп</b>
<b>Знать:</b> психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса
<b>Уметь:</b> применять психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса
<b>Владеть:</b> навыками реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост участников образовательного процесса и охрану здоровья индивидов и групп

**В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен**

<b>Знать:</b> 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
<b>Уметь:</b> 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
<b>Владеть:</b> 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

<b>4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>				
<b>Код занятия</b>	<b>Наименование разделов и тем /вид занятия/</b>	<b>Семестр / Курс</b>	<b>Часов</b>	<b>Интеракт.</b>
	<b>Раздел 1. Основы изучения самопознания и самосознания</b>			
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	9	0
1.4	Подростковый возраст /Лек/	1	0,5	0
1.5	Подростковый возраст /Пр/	1	1	0
1.6	Подростковый возраст /Ср/	1	8	0
1.7	Юношеский возраст /Лек/	1	0,5	0
1.8	Юношеский возраст /Пр/	1	1	0
1.9	Юношеский возраст /Ср/	1	8	0
1.10	Понятие, значение и структура самосознания и Я-концепции /Лек/	1	0,5	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	0,5	0
1.14	Самоопределение /Пр/	1	1	0
1.15	Самоопределение /Ср/	1	8	0
1.16	Профессиональное самоопределение /Лек/	1	0,5	0
1.17	Профессиональное самоопределение /Пр/	1	1	0
1.18	Профессиональное самоопределение /Ср/	1	8	0
	<b>Раздел 2. Проблемы психологии саморазвития</b>			
2.1	Проблема личностного роста и его психологическая структура /Лек/	1	0,5	0
2.2	Проблема личностного роста и его психологическая структура /Пр/	1	0,5	0,5
2.3	Проблема личностного роста и его психологическая структура /Ср/	1	10	0
2.4	Самоменеджмент (самоуправление) личностным саморазвитием /Пр/	1	0,5	0,5
2.5	Самоменеджмент (самоуправление) личностным саморазвитием /Ср/	1	10	0
2.6	Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания /Пр/	1	0,5	0,5
2.7	Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания /Ср/	1	10	0



2.8	Аспекты изучения рефлексии /Пр/	1	0,5	0,5
2.9	Аспекты изучения рефлексии /Ср/	1	6	0
2.10	/Экзамен/	1	9	0
2.11	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
<b>Модуль 1. Основы изучения самопознания и самосознания</b>		
1.	Практическое занятие. № 1. Вопросы: Понятие самопознания. Значение самопознания в жизни человека. Проблема Общая характеристика са-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. 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. 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. Вопросы: Определение самосознания. Понятие Я-концепции. Различия самосознания и Понятие, значение и струк-Я-концепции. Функционально-ролевые аспекты Я-концепции. Структура Я-концепции тура самосознания и Я-(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. 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. 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.	
<b>Модуль 2. Проблемы психологии саморазвития</b>		
7.	Практическое занятие. № 7. Вопросы: Проблема психологии личности философско-методологические, онтологические, касающиеся способов теоретических и экспериментальных исследований личности. Проблема личностного роста, взаимосвязь жизненного пути и образа жизни личности. Личностные механизмы реализации, регуляции жизненных явлений. Когнитивно-феноменологический и возрастной подходы при рассмотрении проблем 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).	

8. Практическое занятие. № 8. Вопросы: Понятие самоменеджмента (самоуправления). Значение самоуправления в Самоменеджмент (само-процессе саморазвития личности. Схема рациональной самоорганизации деятельности. управление) личностным. 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. Вопросы: Значения понятия «идентификация» в психологии. Идентификация как механизм самопознания. Философские и общенаучные предпосылки психологического изучения рефлексии как механизмы 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. 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	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Продукты деятельности
1.	Общая характеристика самопознания.	Подготовка докладов о современных подходах к пониманию самоопределения и рефлексии в психологии и философии	Доклад, текст доклада
2.	Понятие, значение и структура самосознания и Я-концепции.	Психологическое заключение по результатам исследования самооценки и Я-концепции	Заключение
3.	Аспекты изучения рефлексии.	Доклады по результатам прочтения художественной и научной литературы по проблеме смысла жизни	Доклад, текст доклада
4.	Проблема личностного роста и его психологическая структура	Проведение практического исследования смысловых ориентаций на трёх испытуемых	Заключение
5.	Профессиональное самоопределение.	Проведение практического исследования профессионального самоопределения на себе	Заключение

#### Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор студента:

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы студентов	Продукты деятельности
1.	Профессиональное самоопределение.	Представьте заключение о профессиональной зрелости подростка по материалам собственного исследования	Заключение
2.	Профессиональное самоопределение.	Сформулировать практические рекомендации подростку по проблеме правильного выбора профессии	Рекомендации
3.	Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания.	Составьте программу развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте	Программа развития самосознания
4.	Проблема личностного роста и его психологическая структура	Провести психологический практикум с подростками по изучению самосознания, рефлексии	Отчет о проведенном занятии

### 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 <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=108513">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=108513</a>	Москва : Прометей, 2011

Л1.2	Зиновкина М.М., Гареев Р.Т., Горев П.М., Утемов В.В.	Научное творчество : инновационные методы в системе многоуровневого непрерывного креативного образования НФТМ-ТРИЗ: учебное пособие <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=277321">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=277321</a>	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 <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364477">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364477</a>	Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015
Л2.2	Волкова Т.Г.	Практикум по психологии самосознания и саморегуляции: методические материалы к курсу <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137240">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137240</a>	Москва : Директ-Медиа, 2013
Л2.3	Касимова Э.Г.	Психодиагностика: учебное пособие <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=272482">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=272482</a>	Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2014
Л2.4	Мосиенко Л.В.	Реализация концепции ценностного самоопределения студентов в пространстве молодежной субкультуры: монография <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=439231">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=439231</a>	Оренбург : ОГУ, 2015
Л2.5	Останкина Е.	Основы психической саморегуляции : учебное пособие <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=434835">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=434835</a>	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 2016 Professional Plus (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher)
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Skype for Business, OneDrive, SharePoint Online)
- Microsoft Windows 10 Education
- Microsoft Windows 7/8.1 Professional
- XnView
- Архиватор 7-Zip
- Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»

### 6.3 Перечень информационных справочных систем

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Информационно-образовательная программа «Росметод»
- СПС «ГАРАНТ-Аналитик»
- СПС «Консультант-Плюс»

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

7.1	<p>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.</p> <p>Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, читальный зал. Оснащенность: комплект мебели, ПК-4 шт.</p>
-----	--

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

<p>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.</p>
---





Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Психология саморазвития»

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<b>Модуль 1. Основы изучения самопознания и самосознания</b>			
Текущий 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
Контрольное мероприятие по модулю (учитывается в самостоятельной работе)		6	10
Промежуточный контроль		<b>19</b>	<b>42</b>
<b>Модуль 2. Проблемы психологии саморазвития</b>			
Текущий 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
Контрольное мероприятие по модулю		6	10
Промежуточный контроль		<b>37</b>	<b>58</b>
		<b>56</b>	<b>100</b>

Таблица 2.

Вид контроля	Примеры заданий <sup>1</sup> , критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Модуль 1. Основы изучения самопознания и самосознания</b>		
Текущий контроль по модулю		
1. Аудиторная работа	<p><b>Ведение конспекта лекций и работа с ним (учитываются конспекты по всем темам)</b> 0,5 балла – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован 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><b>Выступление с докладом или сообщением на семинарском занятии</b> 1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы; 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><b>Ответы на вопросы на семинарском занятии</b> 1 балл – присутствие на семинаре, реплики, замечания по обсуждаемым вопросам; 2 балла – содержательный ответ на один из вопросов занятия; 3 балла – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса; 4 балла – глубокие и содержательные ответы (дополнения) по всем обсуждаемым проблемам.</p> <p><b>Посещение занятия</b> 1-3 занятий – 1 балл,</p>	<p>Тема 1. Общая характеристика самопознания. Тема 2. Подростковый возраст Тема 3. Юношеский возраст Тема 4. Понятие, значение и структура самосознания и Я-концепции. Тема 5. Самоопределение. Тема 6. Профессиональное самоопределение. Знает: особенности процесса самоорганизации и самообразования на разных возрастных этапах; Умеет: использовать знания о механизмах самоорганизации и самообразования в целях личного и профессионального</p>

	4-6 – 3 балла, 7-9 – 5 баллов	саморазвития; Владеет: навыками самообразовательной деятельности, навыками саморазвития и самоорганизации. Знает: особенности психического функционирования человека с учетом возрастных этапов, кризисов развития; Умеет: применять методы самопознания и саморазвития к различным возрастным, гендерным, этническим, профессиональным и другим группам; Владеет: 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.
2.Самостоятельная работа (обяз.)	<p><b>Подготовка докладов о современных подходах к пониманию самоопределения и рефлексии в психологии и философии</b></p> <p>1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы; 2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы; 3 балла – доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом, доклад сопровождался демонстрацией наглядного материала</p> <p><b>Психологическое заключение по результатам исследования самооценки и Я-концепции</b></p> <p>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.</p> <p><b>Проведение практического исследования профессионального самоопределения на себе</b></p> <p>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.</p>	
3.Самостоятельная работа (на выбор)	<p><b>Представьте заключение о профессиональной зрелости подростка по материалам собственного исследования</b></p> <p>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.</p> <p><b>Сформулировать практические рекомендации подростку по проблеме правильного выбора профессии</b></p> <p>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, подготовлена презентация.</p>	
Контрольное мероприятие по модулю	контрольная работа	<b>Тема 1. Общая характеристика самопознания.</b>
Промежуточный контроль	19 баллов /42 балла	

Вид контроля	Примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
<b>Модуль 2. Проблемы психологии саморазвития</b>		
Текущий контроль по модулю		
1. Аудиторная работа	<p><b>Ведение конспекта лекций и работа с ним (учитываются конспекты по всем темам)</b>  0,5 балла – конспект лекции соответствует теме и отражает основные положения, сообщенные лектором, структурирован  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><b>Выступление с докладом или сообщением на семинарском занятии</b>  1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы;  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><b>Ответы на вопросы на семинарском занятии</b>  1 балл – присутствие на семинаре, реплики, замечания по обсуждаемым вопросам;  2 балла – содержательный ответ на один из вопросов занятия;  3 балла – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса;  4 балла – глубокие и содержательные ответы (дополнения) по всем обсуждаемым проблемам.</p> <p><b>Посещение занятия</b>  1-3 занятий – 1 балл,  4-6 – 3 балла,  7-9 – 5 баллов</p>	<p>Тема 7. Проблема личностного роста и его психологическая структура.  Тема 8. Самоменеджмент (самоуправление) личностным саморазвитием.  Тема 9. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания.  Тема 10. Аспекты изучения рефлексии.  Знает: особенности психического функционирования человека с учетом возрастных этапов, кризисов развития;  Умеет: применять методы самопознания и саморазвития к различным возрастным, гендерным, этническим, профессиональным и другим группам;</p>
2. Самостоятельная работа (обяз.)	<p><b>Доклады по результатам прочтения художественной и научной литературы по проблеме смысла жизни</b>  1 балл – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы;  2 балла – доклад соответствует теме, структурирован, цель, сформулированная в докладе, достигнута, представлено современное видение проблемы;  3 балла – доклад подготовлен самостоятельно, продемонстрировано свободное владение материалом, доклад сопровождался демонстрацией наглядного материала</p> <p><b>Проведение практического исследования смысложизненных ориентаций на трёх испытуемых</b>  1 балл – тест апробирован, представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивно-го 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</p>	<p>Владеет: 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.  Знает: психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса  Умеет: применять психологические технологии, ориентированные на личностный рост участников образовательного процесса;</p>
3. Самостоятельная работа (на выбор)	<p><b>Составьте программу развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте</b>  1 балл – программа составлена, программа фрагментарна, не полностью соответствует цели либо возрасту, использован лишь один метод развития самосознания  2 балла – программа составлена, программа фрагментарна, соответствует цели и возрасту, использованы 2-3 метода развития самосознания  3 балла – программа составлена, программа целостна, соответствует цели и возрасту, использованы разнообразные методы развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте  4 балла – программа составлена, программа целостна, соответствует цели и возрасту, использованы разнообразные</p>	<p>Владеет: навыками реализации психологических технологий, ориентированных на личностный рост участников образовательного процесса и охрану здоровья</p>

	<p>методы развития самосознания и рефлексивного анализа в юношеском возрасте, подготовлена презентация  <b>Провести психологический практикум с подростками по изучению самосознания, рефлексии</b>  1 балл – в отчете представлены количественные результаты и интерпретация результатов репродуктивного уровня  2 балла – в отчете представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов; заключение полное, с самостоятельными выводами.  3 балла – в отчете представлены количественные и качественные результаты, самостоятельная интерпретация результатов, заключение полное, с самостоятельными выводами, даны рекомендации.</p>	индивидов и групп.
Контрольное мероприятие по модулю	контрольная работа	<b>Тема 7. Проблема личностного роста и его психологическая структура.</b>
Промежуточный контроль	37/58 баллов	
Промежуточная аттестация	56 /100 баллов	