

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ОПОП

Заведующий кафедрой педагогических практик
и сервисных индустрий

Н.О. Дубченкова

А.С.Джангазиева

«28» августа 2023 г.

«28» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Основы саморазвития личности

Составитель

Вострикова Т.А., доцент, к.пс.н., доцент;

Направление подготовки

44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Направленность (профиль) ОПОП

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ В
ОБЛАСТИ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА**

Квалификация (степень)

бакалавр

Форма обучения

очная

Год приема

2021

Курс

3

Семестр

6

Астрахань - 2023

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Целями освоения дисциплины «Основы саморазвития личности» являются: изучение многообразия и многозначности основ саморазвития личности.

1.2. Задачи освоения дисциплины «Основы саморазвития личности»: изучение основных методов и технологий, выработка практических навыков использования основ саморазвития личности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина «Основы саморазвития личности» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Б1.Д.03.01 и осваивается в 6 семестре.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины «Основы саморазвития личности» необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими учебными дисциплинами:

- «Педагогика»
- «Психология»
- «Социальная психология»

Знания: существующих концепций саморазвития, личностного роста в психологии; сфер и областей самопознания, способов самопознания и саморазвития личности; основных концепций развития человека в коллективе, закономерностей психического саморазвития; основных психологических особенностей самореализации, специфики своего самообразования и саморазвития в профессии.

Умения: определять барьеры саморазвития; отбирать методы самопознания и саморазвития; организовывать оптимальное направление профессионального саморазвития личности, ставить цели личного и профессионального саморазвития для себя и мотивировать других к саморазвитию, организовать молодежные сообщества с учетом специфики возрастных образований личности и принципов ее саморазвития.

Навыки: использования приемов самопознания; методов самовоспитания; само менеджмента; разнообразными навыками анализа и решения профессиональной задачи с учетом особенностей потенциальной аудитории, потенциального клиента; организационными навыками по работе с людьми и стимуляции их к саморазвитию.

2.3. Последующие учебные дисциплины и практики, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:

- «Педагогическая этика»
- «Социальная педагогика»

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальных (УК):

УК-6 - Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

Таблица 1 – Декомпозиция результатов обучения

Код и	Планируемые результаты обучения по дисциплине
-------	---

наименование компетенции	Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
УК-6 - Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	ИУК 6.1.1. Применяет знание о собственных ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы	ИУК 6.2.1. Понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда	ИУК 6.3.1. Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, в том числе 72 часа, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (из них: 12 часов - лекции, 12 часов - семинарские занятия) и 48 часов - самостоятельная работа обучающихся. Итоговый контроль знаний – зачет.

Таблица 2 – Структура и содержание дисциплины

Раздел, тема дисциплины	Семестр	Контактная работа (в часах)			Самост. работа		Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Л	ПЗ	ЛР	КР	СР	
Тема 1. Психологические особенности молодежи	6	2	2			10	собеседование индивидуальное творческое задание
Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы		2	2			10	собеседование контрольная работа
Тема 3. Психология самореализации личности		2	2			10	собеседование кейс-задача
Тема 4. Психология саморазвития молодежи		2	2			10	индивидуальное творческое задание
Тема 5. Профессиональное самоопределение молодежи		4	4			8	собеседование кейс-задача
ИТОГО		12	12			48	ЗАЧЕТ

Таблица 3 – Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины и формируемых компетенций

Раздел, тема дисциплины	Кол-во часов	Код компетенции	общее количество компетенций
		УК-6	
Тема 1. Психологические особенности молодежи	14	+	1

Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	14	+	1
Тема 3. Психология самореализации личности	14	+	1
Тема 4. Психология саморазвития молодежи	14	+	1
Тема 5. Профессиональное самоопределение молодежи	16	+	1
Итого	72	5	5

Краткое содержание каждой темы дисциплины

Тема 1. Психологические особенности молодежи

Возрастные границы молодости. Психологический возраст. Кризис перехода к молодости. Развитие самосознания молодежи. Половая идентификация. Основные характеристики возраста.

Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы

Отечественные подходы к изучению проблемы саморазвития. Б.Г.Ананьев о значении общественного опыта в развитии личности. С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев. Проблема саморегуляции, представленная Л.И.Анциферовой. Проблема активности личности, жизненной стратегии в трудах К.А.Абульхановой-Славской.

Зарубежные подходы к изучению проблемы. Внутренний мир человека (субъективная реальность). Содержание внутреннего мира: «самовыражения Я», «размышления о другом», «планирование будущего», «фиксация на препятствиях», «чувственное восприятие мира», «фантазии». Развитие субъективной реальности. Периодизация В.И.Слободчикова. Событийная общность, самобытность. Кризисы рождения, кризисы развития. Стадии принятия, стадии освоения. Ступени развития: оживление, одушевление, персонализация, индивидуализация, универсализация.

Тема 3. Психология самореализации личности

Понятие самореализации. Самореализация индивида, его жизнедеятельность и самоосуществление. Самореализация как продуктивное самоосуществление.

Самореализация и самоактуализация. Самореализация, свобода и необходимость. Самореализация и ответственность. Самореализация, саморазвитие и самофункционирование. Возникновение, становление, продуктивное самофункционирование, самосовершенствование как этап саморазвития индивида. Самореализация и самоутверждение. Самореализация и самоотчуждение личности. Методы самореализации личности.

Тема 4. Психология саморазвития молодежи

Формы саморазвития. Самоутверждение. Мотивы самоутверждения. Самосовершенствование. Роль самовоспитания. Самоактуализация. Характеристика самоактуализирующейся личности по А.Маслоу: принятие себя, других и природы; непосредственность, простота и естественность, центрированность на проблеме; независимость (потребность в уединении); автономия (независимость от культуры и окружения); свежесть восприятия; вершинные переживания; общественный интерес; глубокие межличностные отношения; демократический характер; философское чувство юмора; креативность; сопротивление окультуриванию.

Механизмы саморазвития. Самопринятие как механизм саморазвития. Условия самопринятия. Самопрогнозирование личности. Характеристики самопрогнозирования: содержание и направленность; определенность и неопределенность; устойчивость; временные

характеристики. Группы самопрогнозов (ситуативные, перспективные, жизненно-целевые). Стратегии саморазвития.

Тема 5. Профессиональное самоопределение молодежи

Понятие профессиональное самоопределение. Этапы профессионального самоопределения. Профессиональное становление личности. Основные факторы выбора профессии. Самоменеджмент. Диагностика способности к самоуправлению. Время в жизни человека. Жизненные перспективы личности и организация времени.

Анализ «поглотителей» времени. Техника самоменеджмента. Система планирования времени. Методика разработки личных жизненных планов.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине

В ходе освоения дисциплины лабораторные занятия не предусмотрены.

Преподаватель, назначенный для чтения лекций, обязан до начала учебного процесса подготовить учебно-методические материалы, необходимые для проведения лекционных и семинарских занятий. К ним относятся: рабочая программа учебной дисциплины или междисциплинарного курса; методические материалы для проведения семинарских (практических и др.) занятий.

Разработанный комплект учебно-методических материалов предоставляется в бумажном и электронном виде, обсуждается и утверждается на заседании кафедры перед началом учебного года.

Преподаватель обязан проводить лекционные занятия в строгом соответствии с годовым учебным графиком и утвержденным на его основе расписанием лекций.

При разработке методики семинарских занятий важное место занимает вопрос о взаимосвязи между семинаром и лекцией, семинаром и самостоятельной работой студентов, о характере и способах такой взаимосвязи. Семинар не должен повторять лекцию, и, вместе с тем, его руководителю необходимо сохранить связь принципиальных положений лекции с содержанием семинарского занятия.

Как правило, семинару предшествует лекция по той же теме.

Обязательным в начале лекционного, семинарского занятия проводится контроль знаний, обязательным проведение проектной работы в команде.

В процессе практических (семинарских) занятий, наряду с формированием умений и навыков, обобщаются, систематизируются, конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

На практических (семинарских) занятиях по дисциплине применяются следующие формы работы:

- 1) Фронтальная – все студенты выполняют одну и ту же работу;
- 2) Групповая – одна и та же работа выполняется группами из 2-5 человек;
- 3) Индивидуальная – каждый студент выполняет индивидуальное задание.

Структура практических занятий по дисциплине в основном одинакова: вступление преподавателя, работа студентов по заданиям преподавателя, которая требует дополнительных разъяснений, собственно практическая часть, включающая разбор конкретных ситуаций, решение ситуационных задач, тренировочные упражнения и т.д.

В структуре практического занятия традиционно выделяют следующие этапы: организационный этап, контроль исходного уровня знаний (обсуждение вопросов, возникших у студентов при подготовке к занятию; исходный контроль (тесты, опрос, проверка письменных домашних заданий и т.д.), коррекция знаний студентов), обучающий этап (педагогический рассказ, инструкции по выполнению заданий), самостоятельная работа студентов на занятии, контроль конечного уровня усвоения знаний, заключительный этап.

5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине «Основы саморазвития личности» составляет 48 часов.

Самостоятельная работа осуществляется в форме подготовки к практическим занятиям и выполнения письменных домашних заданий по дисциплине. По каждой теме предусмотрено выполнение большого количества разнообразных упражнений, направленных на закрепление навыков саморазвития личности.

Таблица 4 – Содержание самостоятельной работы обучающихся

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Формы работы
Тема 1. Психологические особенности молодежи	10	письменное домашнее задание
Тема 2. Ступени развития: оживление, одушевление, персонализация, индивидуализация, универсализация	10	письменное домашнее задание
Тема 3. Методы самореализации личности	10	письменное домашнее задание
Тема 4. Стратегии развития личности	10	письменное домашнее задание
Тема 5. Методика разработки личных жизненных планов	8	письменное домашнее задание

5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно

Для выполнения всех видов письменных работ по дисциплине на занятиях и дома обучающимся рекомендуется иметь рабочую тетрадь. Все письменные домашние задания выполняются по учебникам, указанным в перечне основной и дополнительной литературы для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Требования к творческим заданиям и проектам

Творческое задание/проект предполагает проверку знаний по изученной теме. Творческое задание/проект позволяет совершенствовать умения студентов анализировать научную литературу; укрепляет научные основы психологии конфликта; развивает способность студентов к профессиональной рефлексии, актуализирует стремление к личностному и профессиональному росту.

Для подготовки к творческому заданию/проекту внимательно изучите материал лекции, конспект семинара, дополнительную литературу, выучите термины из Словаря по данной теме. В ходе проведения творческой работы Вам необходимо дать развернутое письменное собственное мнение по заданной проблематике, объемом не более 2 страниц.

Творческое задание/проект должна быть выполнена в редакторе Microsoft Word. Необходимо выполнение следующих параметров: отступы справа, слева, сверху, снизу – 2 см., шрифт – Times New Roman, 12. Творческая работа присылается преподавателю по электронной почте в соответствии со сроком, указанным в рабочем плане студента. Творческая работа, не выполненная в срок, оценивается в 50 баллов.

Требования к проведению кейс - задачи

Проблемное задание, в котором предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.

Проведение кейс - задачи включает:

- ознакомление с проблемной ситуацией;
- объяснение алгоритма действий по выполнению кейс-задачи;
- показ алгоритма действий, в процессе которого преподаватель демонстрирует как правильно выполнять кейс-задачу;
- подведение итогов выполнения кейс - задачи.

Порядок проведения тестирования

Контрольное тестирование проводится для оценивания наиболее общих знаний студента по отдельным темам.

Тест – это совокупность усложняющихся вопросов в тестовой форме. Варианты тестовых заданий по дисциплине включают только форму номер один: выбор одного правильного варианта ответа.

Для подготовки к тестированию необходимо близко к тексту запомнить материал лекции и практического занятия, основные термины и понятия по данной теме. Помощь при подготовке к тестированию может оказать Словарь терминов и учебные пособия, рекомендованные к данной теме практического занятия.

Тестовое задание в форме выбора одного варианта ответа предполагает выделение (указанным в программе способом – подчеркиванием или другим) верного ответа в течение указанного времени.

Подготовка к зачету

Зачет – является итоговой формой оценивания знаний студента по всему курсу изученной дисциплины. Зачет проводится в письменной форме, очно. Для подготовки к зачету понадобится материал курса лекций, конспекты практических занятий, словарь терминов. При высоком уровне подготовки к практическим занятиям и составлении конспектов дополнительной литературы к каждой теме, можно избежать обращения к дополнительным источникам знаний при подготовке к зачету. Пользование конспектом или другими носителями информации на зачете строго запрещено.

Итоговая оценка по дисциплине будет учитывать результаты творческих работ, тестирования и зачета.

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

6.1. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины применяются образовательные технологии, развивающие у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерские качества: ролевые игры, круглый стол, кейс - задачи, творческие групповые и индивидуальные задания, проектная деятельность.

Таблица 5 – Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий

Раздел, тема дисциплины	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
Тема 1. Психологические особенности молодежи	Обзорная лекция	собеседование, индивидуальное творческое задание	Не предусмотрено

Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	Лекция-диалог	собеседование, контрольная работа	Не предусмотрено
Тема 3. Психология самореализации личности	Обзорная лекция	собеседование, кейс-задача	Не предусмотрено
Тема 4. Психология саморазвития молодежи	Обзорная лекция	творческое задание	Не предусмотрено
Тема 5. Профессиональное самоопределение молодежи	Обзорная лекция	собеседование, кейс-задача	Не предусмотрено

6.2. Информационные технологии

- использование возможностей Интернета в учебном процессе (использование сайта преподавателя (рассылка заданий, предоставление выполненных работ, ответы на вопросы, ознакомление учащихся с оценками и т.д.))
- - использование электронных учебников и различных сайтов (например, электронные библиотеки, журналы и т.д.) как источник информации
- - использование возможностей электронной почты преподавателя
- - использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, применение новых технологий для проведения очных (традиционных) лекций и семинаров с использованием презентаций и т.д.)
- - использование интерактивных средств взаимодействия участников образовательного процесса (технологии дистанционного или открытого обучения в глобальной сети (веб-конференции, форумы, учебно-методические материалы и др.))
- - использование интегрированных образовательных сред, где главной составляющей являются не только применяемые технологии, но и содержательная часть, т.е. информационные ресурсы (доступ к мировым информационным ресурсам, на базе которых строится учебный процесс);
- использование виртуальной обучающей среды [*LMS Moodle «Электронное образование»*] или иных информационных систем, сервисов и мессенджеров].

6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

6.3.1. Программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Mozilla FireFox	Браузер
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система

Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер
VLC Player	Медиапроигрыватель

6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех». <https://biblio.asu.edu.ru>
2. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». www.studentlibrary.ru
3. Электронная библиотечная система издательства ЮРАЙТ, раздел «Легендарные книги». www.biblio-online.ru, <https://urait.ru/>
4. Электронная библиотечная система IPRbooks. www.iprbookshop.ru
5. Электронно-библиотечная система elibrary. <http://elibrary.ru>

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

7.1. Паспорт фонда оценочных средств

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Основы саморазвития личности» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

Таблица 6 – Соответствие разделов, тем дисциплины, результатов обучения по дисциплине и оценочных средств

Контролируемый раздел, тема дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
Тема 1,2,3,5	УК-6	собеседование
Тема 1,4	УК-6	творческое задание
Тема 2	УК-6	контрольная работа
Тема 3,5	УК-6	кейс-задача

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Таблица 7 – Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность

	полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры
4 «хорошо»	демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала, не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры

Таблица 8 – Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание по подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задания

7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине

Тема 1. Психологические особенности молодежи

Вопросы для обсуждения

1. Как можно определить молодёжь?
2. На какие возрастные категории можно разделить объект деятельности организаторов работы с молодёжью?
3. Под влиянием каких факторов происходит формирование личности подростка?
4. Каковы типичные черты подростка?
5. Что оказывает влияние на нормативность поведения подростков?
6. Что такое юность?
7. Каковы важные социальные задачи взросления?
8. Что такое самоуважение?
9. Каковы варианты формирования идентичности?
10. Какие противоположные тенденции в общении отмечаются в юношеском возрасте?
11. Что такое взрослость?
12. Каковы основные стадии зрелости?
13. С чем связано развитие личности в зрелом возрасте?

Темы групповых и индивидуальных творческих заданий/проектов

Задания:

1. В связи с чем переход от одного этапа развития человека к другому сопровождается кризисами?
2. В чем проявляются симптомы кризиса? Чем кризис отличается от педагогической запущенности?
3. Как вы понимаете, что человек, очевидно по возрасту немолодой, молод душой? Назовите 5–7 измеримых индикаторов, по которым это можно определить.

Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы

Вопросы для обсуждения

1. Отечественные подходы к изучению проблемы саморазвития.
2. Б.Г.Ананьев о значении общественного опыта в развитии личности.
3. Концепция отношений личности С.Л. Рубинштейна.
4. Понятие о саморазвитии личности Л.С.Выготского.
5. А.Л. Леонтьев о саморазвитии личности.
6. Проблема активности личности, жизненной стратегии в трудах К.А.Абульхановой-Славской.
7. Зарубежные подходы к изучению проблемы.
8. Внутренний мир человека (субъективная реальность).
9. Содержание внутреннего мира: «самовыражения Я», «размышления о другом», «планирование будущего», «фиксация на препятствиях», «чувственное восприятие мира», «фантазии».

Комплект заданий для контрольной работы

Ответьте на следующие вопросы:

1. Дайте определение личности и раскройте ее понятие.
2. Раскройте соотношение понятий индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность.
3. Охарактеризуйте отечественные подходы изучения проблемы саморазвития. В чем заключается сходство и различие взглядов.
4. Раскройте особенности подходов к изучению проблемы саморазвития у зарубежных исследователей.

Тема 3. Психология самореализации молодежи

Вопросы для обсуждения

1. Какую психологическую задачу возраста решает рефлексия в период ранней юности? Что чаще всего побуждает юношу к рефлексивному анализу своей личности?
2. Каковы особенности развития рефлексивной способности взрослого человека? Влияет ли опыт на развитие рефлексии? Попробуйте определить главное условие развития способности человека к рефлексии.
3. Проведите краткий рефлексивный анализ своей юности. Как вы думаете, какое место занимала рефлексия в развитии вас как личности? В каких формах находила выражение рефлексивная ориентация вашего сознания (участие в дискуссиях, спорах с одноклассниками и учителями, исповедальные беседы с близкими друзьями, самоанализ «про себя» или в дневниковых записях, увлечение поэзией, познание духовной литературы)?

Кейс-задача

Задания для решения кейс-задачи:

1. Как вы считаете, какой след оставила юношеская рефлексия в вашем последующем личностном развитии? Выполните практическое упражнение, помещенное в лекции №1.
2. Дайте соотношение понятий «личность» и «индивидуальность», проиллюстрируйте это на примерах из жизни, из художественной литературы, кино и театральных постановок.
3. Вспомните определение Я - концепции. Разведите понятия «Я - концепция» и «самость». Почему многие ученые-психологи рассматривают данные понятия как взаимозаменяемые?
4. Почему обретение самости является условием свободного развития человека? Каким образом осуществляются развитие и реализация личностью собственной самости?

Тема 4. Психология саморазвития молодежи

Темы групповых и индивидуальных творческих заданий/проектов

Задание 1.

Составьте эссе по художественным фильмам на выбор о кризисе перехода к молодости (фильмы: «Тринадцать», «Пропащая Августа», «Жгучая тайна», «Остров детей», «Игры мотыльков», «Детки», «Домашняя работа», «Куколка», «Неадекватные люди», «Хорошо быть тихоней» или другие).

Задание 2.

Вспомните и опишите собственный кризис перехода к молодости. Кто помог и что помогло вам пережить его, что мешало и осложняло переживания? Сделайте выводы.

Укажите, чем отличается кризис перехода к молодости от более раннего подросткового кризиса.

Тема 5. Профессиональное самоопределение молодежи

Вопросы для обсуждения

1. Взаимосвязь личности с профессией на разных этапах онтогенеза.
2. О профессиональном самоопределении в подростковом и юношеском возрасте.
3. Предпрофильная и профильная ориентация школьников.
4. Роль современных средств массовой информации в формировании профессиональных и жизненных стереотипов.
5. Психологические проблемы личностного и профессионального самоопределения в эпоху рыночных отношений.
6. Престижность профессии как фактор профессионального самоопределения старшеклассников.
7. Представление об успешной карьере как фактор профессионального самоопределения подростков.
8. Влияние тревожности подростков на профессиональные выборы.
9. Зависимость профессионального самоопределения от уровня развития интеллекта.
10. Ценностно-смысловые ориентации в профессиональном самоопределении.
11. Зависимость профессиональных выборов от личностных особенностей старших подростков.

Кейс – задача

Задания для решения кейс-задачи:

1. Заполните таблицу «Психологическая классификация профессий», указав все классификационные признаки:

Классификационный признак	Виды и характер труда
Предмет труда (типы профессий)	
Цель труда (классы профессий)	

Орудия труда (отделы профессий)	
Условия труда (группы профессий)	

- Изучите склонность к различным типам профессий с помощью методики «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО).
- Выявите отношение испытуемого к различным видам профессиональной деятельности (типам профессий) с помощью опросника «Профессиональная готовность» (ОПГ) Л.Н. Кабардовой.
- Составьте формулу профессии (используется информ-дайджест «Краткая характеристика профессий»).

В каждой теме имеется диагностический комплект для самоисследования студентов по блокам:

- Мотивационно-смысловой
- Рефлексивно-оценочный
- Содержательно-процессуальный
- Деятельностно-регулятивный
- Коммуникативно-экспрессивный

**Перечень вопросов и заданий,
выносимых на зачет**

- Понятие «саморазвитие».
- Проблема саморазвития в психологии.
- Представление человека о себе - «Окном Джогари».
- Структура индивидуальности.
- Структура Я-концепции.
- Отечественные подходы к изучению проблемы саморазвития.
- Зарубежные подходы к изучению проблемы саморазвития.
- Структура самосознания личности.
- Самопознание и саморазвитие взрослого человека.
- Образ «Я» взрослости.
- Биография, жизненный путь человека.
- Внутренний мир человека.
- Развитие субъективной реальности.
- Самоутверждение.
- Самосовершенствование.
- Самоактуализация.
- Самопринятие как механизм саморазвития.
- Самопрогнозирование личности как механизм саморазвития.

Таблица 9 – Примеры оценочных средств с ключами правильных ответов

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
Код и наименование проверяемой компетенции				
УК-6 - Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни				
1.	Задание открытого типа	Отметьте один правильный ответ Степень и вид профессиональной	В	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		обученности работника, наличие у него знаний, умений и навыков, а также профессионально важных качеств: А) профессиональные способности Б) опыт В) квалификация Г) самоактуализация		
2.		Отметьте один правильный ответ Самостоятельное и осознанное согласование профессионально-психологических возможностей человека с содержанием и требованиями профессиональной деятельности, а также нахождение смысла выполняемого труда в конкретной социально-экономической ситуации: А) профессиональный выбор Б) профессиональное развитие В) профессиональное самоопределение Г) профессиональная компетентность	В	
3.		Отметьте правильные ответы В качестве психологических оснований для выделения стадий профессионального становления личности традиционно выделяют: А) кризисы развития Б) социальную ситуацию развития В) уровень реализации ведущей деятельности Г) биологический возраст	Б, В	1
4.		Отметьте один правильный ответ Назовите факторы развития личности (в психологии) а) воспитание б) наследственность в) среда г) все ответы верны	г	1
5.		Отметьте один правильный ответ К этапам освоения профессии и	г	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		становления собственного стиля деятельности относятся: а) вхождения в новую деятельность б) освоения способов профессиональной самореализации в) утверждения г) все перечисленное		
6.	Задания открытого типа	Как называется способность учителя к самоорганизации изменений в педагогической деятельности и в своей личности?	инновационным потенциалом	4
7.		Что такое саморазвитие?	способность человека становиться и быть подлинным субъектом своей жизни, превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования	4
8.		Дайте определение личности (в психологии):	набор психических и физических особенностей человека, который определяет его поступки и связь с социумом	4
9.		Что такое направленность личности (в психологии)?	свойство личности, в котором продемонстрирована совокупность стремлений к деятельности	5-8
10.		Как можно охарактеризовать самосознание личности (в психологии)?	осознание индивидом собственных потребностей, способностей, мотивов поведения, мыслей	5-8

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины и в Центре мониторинга и аудита качества обучения.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине

Таблица 10 – Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий/баллы	Максимальное количество баллов	Срок представления
Основной блок				
1.	Выступления на семинарских занятиях:			по календарно-тематическому плану
1.1.	полный ответ по вопросу	5/2 балла	10	
1.2.	дополнение	10/0,5 балла	5	
1.3.	доклад (сообщение) по дополнительной теме	2/5 баллов	10	
2.	Выполнение творческих заданий	5/3 балла	15	по календарно-тематическому плану
3.	Выполнение контрольной работы	2/10 баллов	20	по календарно-тематическому плану
4.	Тестирование по теме № 3	5/6 баллов (0,6 балла за каждый правильный ответ)	30	по календарно-тематическому плану
Всего			90	
5.	Блок бонусов			
5.1.	Посещение занятий	0,2 балла за занятие, но не более 4	10	по календарно-тематическому плану
5.2.	Активность студента на занятии	0,4 балла за занятие, но не более 3		
5.3.	Наличие тематических портфолио	0,2 балла но не более 1		
	Участие с докладами на научных конференциях	0,2 балла но не более 2		
Всего			10	

Таблица 11 – Система штрафов (для одного занятия)

Показатель	Баллы
Опоздание на занятие (два и более)	-2
Не готов к практической части занятия	-4
Пропуск лекций без уважительных причин (за одну лекцию)	-4
Пропуск занятий без уважительной причины (за одно занятие)	-4

Таблица 12 – Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по дисциплине

Сумма баллов	Оценка по 4-балльной шкале	
90–100	5 (отлично)	Зачтено

Сумма баллов	Оценка по 4-балльной шкале	
85–89	4 (хорошо)	
75–84		
70–74		
65–69	3 (удовлетворительно)	
60–64		
Ниже 60	2 (неудовлетворительно)	Не зачтено

При реализации дисциплины в зависимости от уровня подготовленности обучающихся могут быть использованы иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература

1. Асмолов А., Mobilis in mobili: личность в эпоху перемен / Асмолов А. - М. : Издательский дом "ЯСК", 2018. - 546 с. - ISBN 978-5-907117-24-2 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907117242.html>
2. Мандель, Б. Р. Психология личности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие. - М.: Вузовский учебник; ИНФРА-М, 2014. - 236 с.
URL: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785987046586.html>
3. Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — С. 259 — 293 — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514021/p.259-293>
4. Минюрова С.А., Психология самопознания и саморазвития / Минюрова С.А. - М. : ФЛИНТА, 2016. - 480 с. - ISBN 978-5-9765-2231-2 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976522312.html>

8.2. Дополнительная литература

1. Агафонова, С.В. Психология личности: Ч.2. Психология индивидуальности : учеб. пособие в 2-х ч. / С. В. Агафонова. - Астрахань : Астраханский ун-т, 2015. - 168 с. - (М-во образования и науки РФ. АГУ). - ISBN 978-5-9926-0840-3 (общ.); 978-5-9926-0842-7 (ч.2): 161-36, б.ц. : 161-36, б.ц. (29 экз.).
2. Бороздина Г.В., Основы психологии и педагогики : учеб. пособие / Г.В. Бороздина - Минск : Выш. шк., 2016. - 415 с. - ISBN 978-985-06-2769-8 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789850627698.html>
3. Лукацкий М.А., Психология / М.А. Лукацкий, М.Е. Остренкова - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 704 с. (Серия "Психологический компендиум врача") - ISBN 978-5-9704-4084-1 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970440841.html>
4. Мартишина Н.В., Гребенкина Л.К., Еремкина О.В., Аджиева Е.М., Ганина Т.В., Жокина Н.А. Формирование профессионально-личностной стратегии современной студенческой молодежи: теория и практика. Рязань, Концепция, 2016.

8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». www.studentlibrary.ru
2. Электронная библиотечная система издательства ЮРАЙТ <https://urait.ru/>

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Лекционная аудитория с мультимедиа ресурсами для показа видео-контента и презентаций, зал открытого доступа к сети Интернет, ПК.

Аудитория для семинарских занятий с мультимедиа ресурсами для показа видео-контента и презентаций, организации командной работы со студентами.

Рабочая программа дисциплины при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. Для инвалидов содержание рабочей программы дисциплины может определяться также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).