

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

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель ОПОП

А. А. Шаронов

«04» апреля 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой педагогических  
практик и сервисных индустрий

А. С. Джангазиева

«04» апреля 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Основы саморазвития молодежи»**

Составитель(и)

**Вострикова Т.А., доцент, к.п.с.н., доцент;**

Согласовано с работодателями:

**Иванова И.В., начальник управления по связям  
с общественностью, администрация МО «Город  
Астрахань»;**

**Шувалова В.В., председатель совета  
регионального отделения общероссийского  
общественно-государственного движения детей и  
молодежи «Движение Первых» АО;**

**39.03.03 ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ С  
МОЛОДЕЖЬЮ**

Направление подготовки /  
специальность

Направленность (профиль) /  
специализация ОПОП

Квалификация (степень)

**бакалавр**

Форма обучения

**очная**

Год приёма

**2024**

Курс

**3 (по очной форме)**

Семестр(ы)

**5 (по очной форме)**

Астрахань – 2024

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**1.1. Целями освоения дисциплины «Основы саморазвития молодежи»** является: сформировать у студентов систему знаний, умений и навыков в области управления процессом самоорганизации и саморазвития.

**1.2. Задачи освоения дисциплины «Основы саморазвития молодежи»:** сформировать у студентов целостное представление о саморазвитии, опираясь на понимание развития личности в философии, культурологии, исторической антропологии, раскрыть роль самоорганизации и самообразования в процессе саморазвития личности, дать представление об основных направлениях и школах в мировой и отечественной психологии к пониманию проблемы саморазвития, раскрыть динамику и механизмы развития саморазвития.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

**2.1. Учебная дисциплина «Основы саморазвития молодежи»** относится к *части, формируемой участниками образовательных отношений* и осваивается в 5 семестре.

**2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:**

- «Основы профориентологии»
- «Социальные технологии работы с молодежью»
- «Этические основы работы с молодежью»

**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. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:**

- «Карьерные стратегии молодежи»

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения 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 компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
		Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
УК-6	ИУК-6.1.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов при достижении поставленных целей	инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов при достижении поставленных целей	Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста	Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины в соответствии с учебным планом составляет 2 зачетные единицы (72 часа).

Трудоемкость отдельных видов учебной работы студентов очной формы обучения приведена в таблице 2.1.

**Таблица 2.1. Трудоемкость отдельных видов учебной работы по формам обучения**

Вид учебной и внеучебной работы	для очной формы обучения
Объем дисциплины в зачетных единицах	2
Объем дисциплины в академических часах	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе (час.):	37,25
- занятия лекционного типа, в том числе:	18
- практическая подготовка (если предусмотрена)	-
- занятия семинарского типа (семинары, практические, лабораторные), в том числе:	18
- практическая подготовка (если предусмотрена)	-
- консультация (предэкзаменационная)	1
- промежуточная аттестация по дисциплине	0,25
Самостоятельная работа обучающихся (час.)	34,75
Форма промежуточной аттестации обучающегося	экзамен – 5 семестр

Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий и самостоятельной работы, для каждой формы обучения представлено в таблице 2.2.

**Таблица 2.2. Структура и содержание дисциплины**

*для очной формы обучения*

Раздел, тема дисциплины	Контактная работа, час.						СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации [по семестрам]	
	Л		ПЗ		ЛР					К Р / К П
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	Л Р	в т.ч. ПП				
<b>Семестр 5.</b>										
Тема 1. Психологические особенности молодежи	2		2				6	10	собеседование индивидуальное творческое задание	
Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	4		4				6	14	собеседование контрольная работа	
Тема 3. Психология самореализации личности	4		4				6	14	собеседование кейс-задача	
Тема 4. Психология саморазвития молодежи	4		4				8	16	индивидуальное творческое задание	
Тема 5. Профессиональное самоопределение молодежи	4		4				8,75	16, 75	собеседование кейс-задача	
<b>Консультации</b>								1		
<b>Контроль промежуточной аттестации</b>								0,25	<b>Экзамен</b>	
<b>ИТОГО за семестр:</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>	<b>-</b>			<b>34,75</b>	<b>72</b>		
<b>Итого за весь период</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>	<b>-</b>			<b>34,75</b>	<b>72</b>		

**Таблица 3 Матрица соотношения разделов, тем учебной дисциплины и формируемых в них компетенций**

Разделы, темы дисциплины	Кол-во часов	Компетенции	
		УК-6	общее количество компетенций
Тема 1.	10	+	1
Тема 2.	14	+	1
Тема 3.	14	+	1
Тема 4.	16	+	1
Тема 5.	16,75	+	1
<b>Консультации</b>	<b>1</b>	+	1
<b>Контроль промежуточной аттестации</b>	<b>0,25</b>	+	1
<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

### 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. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **5.1. Указания по организации и проведению лекционных, практических (семинарских) и лабораторных занятий с перечнем учебно-методического обеспечения**

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 молодежи» составляет 34,75 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**

*для очной формы обучения*

Темы/вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Формы работы
Психологические особенности молодежи	6	письменное домашнее задание

Ступени развития: оживление, одушевление, персонализация, индивидуализация, универсализация	6	письменное домашнее задание
Методы самореализации личности	6	письменное домашнее задание
Стратегии саморазвития	8	письменное домашнее задание
Методика разработки личных жизненных планов	8,75	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 социально-педагогических исследований; 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.

#### **Подготовка к экзамену**

Экзамен - является итоговой формой оценивания знаний студента по всему курсу изученной дисциплины. Экзамен проводится в письменной форме, очно. Для подготовки к экзамену 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 экзамену. Пользование конспектом или другими носителями информации на экзамене строго запрещено.

Итоговая оценка по дисциплине будет учитывать результаты творческих работ, собеседования и самостоятельной работы студента.

## 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, 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
Microsoft Office 2013	Пакет офисных программ
OpenOffice	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Mozilla FireFox	Браузер
Google Chrome	Браузер
Opera	Браузер

#### 6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>Наименование современных профессиональных баз данных, информационных справочных систем</i>
<a href="http://dlib.eastview.com">Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО «ИВИС»</a> <a href="http://dlib.eastview.com">http://dlib.eastview.com</a> <i>Имя пользователя: AstrGU Пароль: AstrGU</i>
Электронные версии периодических изданий, размещённые на сайте информационных ресурсов <a href="http://www.polpred.com">www.polpred.com</a>
Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем» <a href="https://library.asu.edu.ru/catalog/">https://library.asu.edu.ru/catalog/</a>
Электронный каталог «Научные журналы АГУ» <a href="https://journal.asu.edu.ru/">https://journal.asu.edu.ru/</a>
Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) – сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <a href="http://mars.arbicon.ru">http://mars.arbicon.ru</a>
Справочная правовая система КонсультантПлюс. Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>

## 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 молодежи» 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 изучаемых разделов, тем дисциплины, результатов обучения по дисциплине и оценочных средств**

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины (модуля)	Код контролируемой компетенции (компетенций)	Наименование оценочного средства
1.	Тема 1,2,3,5	УК-6	собеседование
2.	Тема 3,5	УК-6	кейс-задача
3.	Тема 1,4	УК-6	творческое задание
4.	Тема 2	УК-6	контрольная работа

## 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 или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

#### **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 зрелость?
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», «Пропавшая 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)	

2. Изучите склонность к различным типам профессий с помощью методики «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО).
3. Выявите отношение испытуемого к различным видам профессиональной деятельности (типам профессий) с помощью опросника «Профессиональная готовность» (ОПГ) Л.Н. Кабардовой.
4. 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 экзамен**

1. Понятие «саморазвитие».
2. Проблема саморазвития в психологии.
3. Представление человека о себе - «Окном Джогири».
4. Структура индивидуальности.
5. Структура Я-концепции.
6. Отечественные подходы к изучению проблемы саморазвития.
7. Зарубежные подходы к изучению проблемы саморазвития.
8. Структура самосознания личности.

9. Самопознание и саморазвитие взрослого человека.
10. Образ «Я» взрослости.
11. Биография, жизненный путь человека.
12. Внутренний мир человека.
13. Развитие субъективной реальности.
14. Самоутверждение.
15. Самосовершенствование.
16. Самоактуализация.
17. Самопринятие как механизм саморазвития.
18. 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)
<b>УК-6</b> – способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни				
1.	Задание закрытого типа	<i>Отметьте один правильный ответ</i> Переживание состояния радости, удовлетворения от того, что результат, к которому личность стремилась либо совпал с ожиданиями, либо превзошел их – это: 1) успех; 2) ожидание успеха; 3) осуществление надежд; 4) нет правильного ответа	1	1
2.		<i>Отметьте один правильный ответ</i> Управление собой требует на первом этапе: а) положительного самоотношения б) самосознания в) адаптации	б	1
3.		<i>Отметьте один правильный ответ</i> Это активное достижение человеком успехов в профессиональной деятельности: а) Карьера б) Планирование в) Мастерство	а	1
4.		<i>Отметьте один правильный ответ</i> Какой этап изменения	5	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		<p>профессионального поведения характеризуется отсутствием инициативности и доброжелательности в течение 1 месяца и более?</p> <p>1) социализация; 2) профессиональное выгорание; 3) адаптация; 4) экономия энергии; 5) дебют профессионального выгорания</p>		
5.	<p>Задание комбинированного типа (с выбором одного варианта ответа и обоснованием выбора)</p>	<p><i>Отметьте один правильный ответ</i></p> <p>Главное качество профессионала в социальной сфере</p> <p>1) безукоризненное следование формальным предписаниям; 2) внушаемость; 3) рефлексия; 4) общий интеллект</p>	<p>3</p> <p>Рефлексия — это умение замечать свои чувства и желания, анализировать поступки и делать выводы на будущее. Рефлектировать можно в режиме реального времени или обдумывая произошедшее в прошлом</p>	5
6.	Задание открытого типа	<p>Какими качествами обладает преуспевающая личность?</p>	<p>наличие творческого потенциала; умение устанавливать взаимоотношения с коллегами; способность руководить людьми</p>	5
7.		<p>Назовите шесть основных принципов, которые следует применять при выборе целей</p>	<p>1. Формулируйте свою цель в утвердительных терминах. 2. Соотносите свою цель с контекстом. 3. Выражайте свою цель точно, в сенсорных категориях. 4. Выбирайте такую цель, которой сможете достичь своими силами.</p>	5-8

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			<p>5. Трезво оценивайте последствия достижения своей цели.</p> <p>6. Выбирайте такие цели, которые заслуживают их достижения.</p>	
8.		Назовите основные факторы успешной адаптации личности	<p>1) наличие четкой цели, направленной на адаптацию к конкретным обстоятельствам;</p> <p>2) высокая степень терпения по отношению к препятствиям и трудностям, окрашенная внутренним оптимизмом;</p> <p>3) высокая степень коммуникабельности и умение налаживать отношения с людьми разных типов;</p> <p>4) высокий профессионализм, включающий в себя мастерство, любовь к профессии, умение быть востребованным и выгодно продать свои навыки;</p> <p>5) адекватная (несколько выше среднего) устойчивая самооценка, не подверженная негативным влияниям извне;</p> <p>6) наличие чувства юмора, способность к самоиронии и взгляду на себя со стороны</p>	5-8
9.		На какое состояние специалиста указывает следующее поведение: маскообразная мимика,	дефицит энергии	3-5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		категоричная речь, сутулость, отсутствие готовности слушать и предлагать, замедленная реакция или, напротив, торопливость?		
10.		Как вы думаете, играет ли состояние самой социальной сферы и общества в целом для рассмотрения профессиональной деформации специалистов социальной сферы?	да, состояние самой социальной сферы и общества в целом играет огромное значение для рассмотрения профессиональной деформации специалистов социальной сферы	3-5

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины.

#### 7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

**Таблица 10 – Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине**

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий/баллы	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
<b>семестр 2. Основной блок</b>				
1.	Выступления на семинарских занятиях:		10	по календарно-тематическому плану
1.1.	полный ответ по вопросу	5/2 балла	5	
1.2.	дополнение	10/0,5 балла	1	
1.3.	доклад (сообщение) по дополнительной теме	2/5 баллов	4	
2.	Выполнение творческих заданий	5/3 балла	10	по календарно-тематическому плану
3.	Выполнение контрольной работы	2/10 баллов	10	по календарно-тематическому плану
<b>Всего</b>			<b>40</b>	
<b>Блок бонусов</b>				
5.1.	Посещение занятий	0,2 балла за занятие, но не более 4	<b>10</b>	по календарно-тематическому плану
5.2.	Активность студента на занятии	0,4 балла за занятие, но не более 3		
5.3.	Наличие тематических	0,2 балла		

	портфолио	но не более 1	
	Участие с докладами на научных конференциях	0,2 балла но не более 2	
<b>Всего</b>		<b>10</b>	
<b>Дополнительный блок</b>			
б.	<b>Экзамен</b>	В соответствии с установленными кафедрой критериями	по расписанию
<b>Всего</b>		<b>50</b>	
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	

**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)
85–89	4 (хорошо)
75–84	
70–74	
65–69	3 (удовлетворительно)
60–64	2 (неудовлетворительно)
Ниже 60	

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. 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. 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>
2. 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>
3. 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. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины**

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.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.

## **10. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

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. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с нарушением слуха возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т. д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с нарушением зрения допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и

т. д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).