

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Педагогический институт
Кафедра общей и клинической психологии

УТВЕРЖДАЮ:
Директор института



Т. И. Гущина
«04» июля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.03.4 Онлайн-курс "Технологии личностного развития"

Направление подготовки/специальность: 37.03.01 - Психология

Профиль/направленность/специализация: Психология

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2022

Тамбов, 2022

Автор программы:

Кандидат психологических наук, доцент Бедина Вера Юрьевна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 - Психология (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «29» июля 2020 г. № 839).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры общей и клинической психологии «29» июня 2022 г. Протокол № 10

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Педагогического института, Протокол от «04» июля 2022 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	5
3. Объем и содержание дисциплины.....	5
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	10
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	13
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	14
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	16

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- диагностический
- консультационный
- коррекционно-развивающий

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сферах: психолого-педагогической, консультативной и социальной помощи субъектам образовательного процесса; основного общего образования, среднего общего образования, профессионального образования, дополнительного профессионального образования; научных исследований), 03 Социальное обслуживание (в сферах: психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; консультативной помощи работникам социальных служб, социальной помощи семье и замещающим семьям; оказания психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию; просвещения и повышения психологической культуры населения), 33 Сервис, оказание услуг населению (торговля, техническое обслуживание, ремонт, предоставление персональных услуг, услуги гостеприимства, общественное питание и прочие) (в сфере индивидуального психологического консультирования и сопровождения лиц, нуждающихся в психологической помощи)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	Организует работу в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; способен к самоорганизации и самообразованию

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения			
		Очно-заочная (семестр)			
		1	2	5	7
1	Клиническая психология			+	
2	Мир, общество, человек	+	+		

3	Психология индивидуальных различий			+	
4	Специальная психология и коррекционно-развивающее обучение				+
5	Технологии тьюторского сопровождения инвалидов и лиц с ОВЗ			+	

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Онлайн-курс "Технологии личностного развития"» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 37.03.01 - Психология.

Дисциплина «Онлайн-курс "Технологии личностного развития"» изучается в 5 семестре.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 2 з.е.

Очно-заочная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очно-заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	72
Контактная работа	36
Лекции (Лекции)	12
Практические (Практ. раб.)	24
Самостоятельная работа (СР)	36
Зачет	-

3.2. Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лек ции	Пра кт. раб.	СР	
		О-3	О-3	О-3	
5 семестр					
1	Самореализация личности в истории психологической науки	4	4	4	Опрос
2	Самореализация как деятельность	2	4	4	Опрос
3	Самореализация как процесс развития личности	2	-	4	Опрос

4	Формально-динамические основы самореализации в деятельности	2	-	4	Опрос
5	Индивидуальность личности и самореализация	-	4	4	Тестирование; Опрос
6	Способности и самореализация личности	2	-	4	Опрос
7	Самореализация в структуре личностного потенциала	-	4	4	Опрос
8	Самореализация и компетентность личности	-	4	4	Опрос
9	Жизненный опыт как форма проявления самореализации личности	-	4	4	Тестирование; Опрос

Тема 1. Самореализация личности в истории психологической науки (УК-9)

Лекция.

Гуманическая психология о проблемах самоактуализации личности (А.Маслоу, Р. Мэй, К.Роджерс, Э.Фромм и др.). К. Роджерс о механизме самоактуализации личности. Виды самоактуализации. Отечественные психологи и специфика самореализации личности в социальной среде (В.П. Зинченко, Б.С. Братусь, В.И. Слободчиков В.А. Петровский Э.В. Сайко, В.М. Розин, Н.А. Коваль и др.по алфав.). Самореализация – это реализация своего подлинного «Я». Самореализация и творчество.

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения: 1. К. Гольдштейн о потребности личности в самоактуализации 2. Учение К.Роджерса о самоактуализации личности. 3. Представление Э.Фромма о самореализации 4. А. Маслоу и теория потребностей. Стадии самореализации.

Задания для самостоятельной работы.

1. Провести сравнительный анализ таких понятий, как «самореализация индивида», его «жизнедеятельность» и «самоосуществление».
2. Выделить критерии самореализации и самоактуализации.
3. Провести сравнительный анализ самореализации, свободы и необходимости.
4. Написать эссе на тему «Самореализация и ответственность».
5. Подготовить конспект по вопросу «Самореализация, саморазвитие и самофункционалирование».
6. Представить в виде таблицы этапы саморазвития индивида: возникновение, становление, продуктивное самофункционалирование, самосовершенствование.
7. Провести сравнительный анализ понятий «Самореализация» и «самоутверждение».

Тема 2. Самореализация как деятельность (УК-9)

Лекция.

Исторические и социокультурные причины проблемы самореализации. Роль отечественной психологии в разработке проблемы самореализации личности: 20-е гг., 50-е гг., 80-е гг. XX в. Самореализация в конкретных видах профессиональной деятельности (Н.А. Бакланова, Н.Н. Радул, О.Ю. Рыбаков и др.). Гендерные характеристики самореализации личности (Р.Г. Гаджиева, Л.В. Осипова и др.). Современное состояние проблемы самореализации в отечественной психологии. Уровни анализа самореализации. Проблема структурных элементов самореализации. Синергетическая парадигма в изучении самореализации. Л.А. Коростылева о структурно-функциональной модели самореализации. Стратегии самореализации. Концепция самореализации Д.А. Леонтьева. Самоидентификация как механизм самореализации.

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения: 1 Научные предпосылки изучения самореализации

- А.С. Выготский, Л.С. Рубинштейн и др.;
 - теория деятельности (А.Н. Леонтьев, В.В. Давыдов и др.);
 - развитие человека как личности (К.А. Абульханова-Славская, А.И. Анцыферова, А.В. Брушлинский и др.);
 - Теории саморегуляции саморазвития (В.П. Зинченко, Д.А. Леонтьев, В.И. Слободчиков и др.)
2. Проблемы психологических исследований самореализации.
3. Уровни самореализации и их содержательные характеристики

Задания для самостоятельной работы.

1. Выделить критерии эзотерической (внутренней) самореализации и провести сравнительный анализ ее видов: концептуальной, самовоспитательной, самообразовательной, оздоровительной самореализации.
2. Выделить критерии экзотерической (внешней) самореализации и провести сравнительный анализ ее видов: бытовой, экономической, досуговой, профессиональной, общественно-политической (гражданской), семейной, коммуникативной самореализации.
3. Выделить критерии базовой самореализации и провести сравнительный анализ ее видов: познавательной, нравственной и эстетической самореализации.
4. Написать эссе на тему «Высший смысл целостной самореализации человека».
5. Выделить основные препятствия самореализации человека

Тема 3. Самореализация как процесс развития личности (УК-9)

Лекция.

Самореализация и саморазвитие личности. Закономерности и особенности их осуществления. Взаимодействие и взаимообусловленность данных процессов. Самоутверждение как структурообразующая самореализация в онтогенезе. Возрастная характеристика к самореализации. Структурно-содержательные и смысловые характеристики потребности личности в самореализации. Учение В.А. Петровского о самополагании личности как движение индивида к самореализации в социальном пространстве.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Выделить и описать структурно-содержательные характеристики самореализации личности.
2. Выделить субъектные возможности и способности к самореализации личности.
3. Подготовить презентацию по теме «Две модели самополагания» (В.А. Петровский).

Тема 4. Формально-динамические основы самореализации в деятельности (УК-9)

Лекция.

Основные свойства нервной системы, их сочетания и типы высшей нервной деятельности. Синдромы свойств нервной системы. Общие характеристики темперамента: активность и эмоциональность. Темперамент и индивидуальный стиль самореализации.

Общее представление о строении характера. Характер как система отношений человека к миру, другим людям, самому себе. Характер как форма поведения, необходимая для сохранения структуры мотивов в ходе самореализации. Характер как индивидуальный стиль самореализации.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Выполнить письменную работу с использованием двух методик: самоактуализационный тест (Э.Шострома в адаптации Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинской) и тест смысложизненных ориентаций (Д.А. Леонтьева). В качестве испытуемых выступают сами учащиеся. Для достижения поставленной цели предлагается использовать

Тема 5. Индивидуальность личности и самореализация (УК-9)

Лекция.

Не предусмотрена

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения:

1. Индивидуальные психологические типы и их роль в самореализации личности: те-оретические и эмпирические основания.
2. Исследовательские и прикладные задачи классификации индивидуальности личности в процессе самореализации.
3. Клинический подход к описанию индивидуальности: аномалии характера. Психопатии и акцентуации характера: понятия и основные виды.
4. Проблема соотношения характера и личности.
5. Самореализация как условие развития индивидуальности личности

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовить презентацию на одну из тем:
 1. Проблемы самореализации личности.
 2. Самореализация: составляющие успеха.
 3. Самореализация: движущие силы.
 4. Самореализация: жизненные стратегии.
 5. Самореализация: сферы воплощение способностей (профессиональная самореализация, социальная самореализация.
 6. Самореализация подростков, зрелого возраста, пожилого возраста.
 7. Творческая самореализация.

Тема 6. Способности и самореализация личности (УК-9)

Лекция.

Проблема развития способностей в процессе самореализации личности. Способности и их задатки, проблема врожденного и приобретенного в диагностике способностей. Способности и одаренность. Самореализация как важное условие развития способностей личности.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовить эссе по теме «Личностный рост в моей жизни».
2. Подготовить коллажи по темам:
 1. Мое проживание открытости опыту.
 2. Мое проживание полноты настоящего момента.
 3. Мое проживание доверия организму.
 4. Мое проживание внутреннего локуса контроля.
 5. Мое проживание собственной креативности.

Тема 7. Самореализация в структуре личностного потенциала (УК-9)

Лекция.

Не предусмотрена

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения: 1. Понятие личностного потенциала. Теоретические подходы к его определениям. 2. Дискуссия о структуре личностного потенциала. 3. Личностный потенциал и формы профессиональной самореализации

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовить конспект в виде таблицы по теоретическим подходам к определению понятия личностного потенциала.
2. Подготовить эссе по теме «Личностный потенциал как ресурс человека».
3. Выделить основные составляющие творческого и прогрессивного потенциала.

Тема 8. Самореализация и компетентность личности (УК-9)

Лекция.

Не предусмотрена

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения:

1. Проблема компетентности в отечественной и зарубежной психологии.
2. Виды компетентности: акмеологическая, психологическая, коммуникативная, конфликтологическая, управленческая и др.
3. Компетентность и компетенции.
4. Стратегии в структуре компетенции личности.
5. Основные теоретические подходы в исследовании компетентности: деятельностный, личностно-деятельностный, акмеологический и др.
6. Соотношение компетенций и самореализации.
7. Основные психотехнологии развития компетентности и компетенций личности.

Задания для самостоятельной работы.

1. Представить основные теоретические подходы к определению компетентности в виде таблицы 2. Подготовить выступление и презентацию на тему «Роль акмеологической компетентности в самореализации личности» 3. Представить основные технологии профессиональной самореализации в виде таблицы.

Тема 9. Жизненный опыт как форма проявления самореализации личности (УК-9)

Лекция.

Не предусмотрена

Практическое занятие.

Вопросы для обсуждения:

1. Жизненный опыт как смыслообразующая структура личности.
2. Роль самопознания и самосознания в жизненном опыте личности. К.Ясперс, В.Франкл о смыслах в структуре жизненного опыта.
3. Соотношение понятий «жизненный опыт» и «жизненный путь личности» (С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, К.Л. Абульханова-Славская и др.)
4. Жизненный опыт и личностное событие.
5. С.Л. Рубинштейн о связи жизненного опыта и самосознания.
6. Связь жизненного опыта с освоением новых форм самосуществования, т.е. субъектной позиции.
7. Новые направления в изучении жизненного опыта в психологии.
8. Рефлексивная, аксиологическая и экзистенциальная составляющие жизненного опыта.

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовить конспект по теме «К. Ясперс и его вклад в понимании сущности жизненного опыта».
2. Провести сравнительный анализ учений С.Л. Рубинштейна и К.А. Абульхановой-Славской по теме «Соотношение жизненного опыта и жизненного пути личности».
3. Провести сравнительный анализ понятий «жизненный опыт» и «субъектность личности».

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

Балльно-рейтинговые мероприятия не предусмотрены

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Опрос

Тема 1. Самореализация личности в истории психологической науки

1. К. Гольдштейн о потребности личности в самоактуализации
2. Учение К.Роджерса о самоактуализации личности.
3. Представление Э.Фромма о самореализации
4. А. Маслоу и теория потребностей. Стадии самореализации.

Тема 2. Самореализация как деятельность

1 Научные предпосылки изучения самореализации

- А.С. Выготский, Л.С. Рубинштейн и др.;
 - теория деятельности (А.Н. Леонтьев, В.В. Давыдов и др.);
 - развитие человека как личности (К.А. Абульханова-Славская, А.И. Анцыферова, А.В. Брушлинский и др.);
 - Теории саморегуляции саморазвития (В.П. Зинченко, Д.А. Леонтьев, В.И. Слободчиков и др.)
2. Проблемы психологических исследований самореализации.
 3. Уровни самореализации и их содержательные характеристики

Тема 3. Самореализация как процесс развития личности

- 1 Самореализация и саморазвитие личности. Закономерности и особенности их осуществления. Взаимодействие и взаимообусловленность данных процессов.
- 2 Самоутверждение как структурообразующая самореализация в онтогенезе.
- 3 Возрастная характеристика к самореализации. Структурно-содержательные и смысловые характеристики потребности личности в самореализации.
- 4 Учение В.А. Петровского о самополагании личности как движение индивида к самореализации в социальном пространстве.

Тема 4. Формально-динамические основы самореализации в деятельности

- 1 Основные свойства нервной системы, их сочетания и типы высшей нервной деятельности. Синдромы свойств нервной системы.
- 2 Общие характеристики темперамента: активность и эмоциональность.
- 3 Темперамент и индивидуальный стиль самореализации.
- 4 Общее представление о строении характера. Характер как система отношений человека к миру, другим людям, самому себе. Характер как форма поведения, необходимая для сохранения структуры мотивов в ходе самореализации.
- 5 Характер как индивидуальный стиль самореализации.

Тема 5. Индивидуальность личности и самореализация

Вопросы для обсуждения:

1. Индивидуальные психологические типы и их роль в самореализации личности: теоретические и эмпирические основания.
2. Исследовательские и прикладные задачи классификации индивидуальности личности в процессе самореализации.
3. Клинический подход к описанию индивидуальности: аномалии характера. Психопатии и акцентуации характера: понятия и основные виды.
4. Проблема соотношения характера и личности.
5. Самореализация как условие развития индивидуальности личности

Тема 6. Способности и самореализация личности

- 1 Проблема развития способностей в процессе самореализации личности.
- 2 Способности и их задатки, проблема врожденного и приобретенного в диагностике способностей.
- 3 Способности и одаренность.
- 4 Самореализация как важное условие развития способностей личности.

Тема 7. Самореализация в структуре личностного потенциала

1. Понятие личностного потенциала. Теоретические подходы к его определению.
2. Дискуссия о структуре личностного потенциала.
3. Личностный потенциал и формы профессиональной самореализации

Тема 8. Самореализация и компетентность личности

1. Проблема компетентности в отечественной и зарубежной психологии.
2. Виды компетентности: акмеологическая, психологическая, коммуникативная, конфликтологическая, управленческая и др.
3. Компетентность и компетенции.
4. Стратегии в структуре компетенции личности.
5. Основные теоретические подходы в исследовании компетентности: деятельностный, личностно-деятельностный, акмеологический и др.
6. Соотношение компетенций и самореализации.
7. Основные психотехнологии развития компетентности и компетенций личности.

Тема 9. Жизненный опыт как форма проявления самореализации личности

Вопросы для обсуждения:

1. Жизненный опыт как смыслообразующая структура личности.
2. Роль самопознания и самосознания в жизненном опыте личности. К.Ясперс, В.Франкл о смыслах в структуре жизненного опыта.
3. Соотношение понятий «жизненный опыт» и «жизненный путь личности» (С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, К.Л. Абульханова-Славская и др.)
4. Жизненный опыт и личностное событие.
5. С.Л. Рубинштейн о связи жизненного опыта и самосознания.
6. Связь жизненного опыта с освоением новых форм самосуществования, т.е. субъектной позиции.
7. Новые направления в изучении жизненного опыта в психологии.
8. Рефлексивная, аксиологическая и экзистенциальная составляющие жизненного опыта.

Тестирование

Тема 5. Индивидуальность личности и самореализация

Тестирование проходит в формате онлайн с использованием Google form, социальных сетей, электронной почты обучающихся, СДО Moodle.

Количество баллов пропорционально количеству правильных ответов

Тема 9. Жизненный опыт как форма проявления самореализации личности

Тестирование проходит в формате онлайн с использованием Google form, социальных сетей, электронной почты обучающихся, СДО Moodle.

Количество баллов пропорционально количеству правильных ответов

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (УК-9)

1. Проблемы самореализации в гуманистической психологии.
2. Научные предпосылки изучения самореализации отечественной психологии.
3. Самореализация в конкретных видах профессиональной деятельности.
4. Соотношение самореализации и саморазвития личности.
5. Жизненный опыт как форма проявления самореализации личности.

Типовые задания для зачета (УК-9)

1. Выбрать самые точные определения самоактуализации личности. Самоактуализация -это :
 1. стремление к самоосуществлению; тенденция вызывать, осуществлять то, что есть в человеке в качестве потенций;*
 2. исполнения человеком своих способностей, возможностей, достижение личностных смыслов, своего предназначения в жизни;*
 3. развитие познавательных процессов;
 4. понимание своих способностей.
2. Когнитивный подход предполагает, что развитие личности должно строиться на основе:
 1. развития познавательной сферы*
 2. на основе расширения диапазона поведения,
 3. через включенность в определенную деятельность;
 4. посредством развития подсистем личности;
 5. в борьбе за смысл жизни, который можно найти разными путями.
3. Поведенческий подход предполагает, что развитие личности должно строиться на основе:
 1. развития познавательной сферы
 2. на основе расширения диапазона поведения, *
 3. через включенность в определенную деятельность;
 4. посредством развития подсистем личности;
 5. в борьбе за смысл жизни, который можно найти разными путями.
4. Выбрать критерии оценки и развития творческих способностей:
 1. Гибкость*
 2. Успешность
 3. Знание
 4. Компетентность
 5. Оригинальность
 6. Разработанность
 7. Продуктивность
 8. Организованность
5. Деятельностный подход предполагает, что развитие личности должно строиться на основе:
 1. развития познавательной сферы;
 2. на основе расширения диапазона поведения, умений, навыков;
 3. через включенность в определенную деятельность;*

4. посредством развития подсистем личности;
5. в борьбе за смысл жизни, который можно найти разными путями.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено»	УК-9	Демонстрирует навыки организации работы в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; самоорганизации и самообразования
«не зачтено»	УК-9	Не демонстрирует навыки организации работы в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; самоорганизации и самообразования

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Холодцева Е. Л., Портнова А. Г. Акмеология субъекта профессиональной деятельности : учебное пособие. - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2010. - 192 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232321>
2. Селезнева Е. В. Грани самоосуществления: от самоотношения к самореализации : монография. - Москва|Берлин: Директ-Медиа, 2015. - 404 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364477>
3. Бортникова, Л. Г., Ефимова, А. А., Мишанкина, Н. А., Плюснина, М. А. Основы саморазвития личности : учебно-методическое пособие. для всех направлений подготовки. уровень - бакалавриат. - 2024-08-30; Основы саморазвития личности. - Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2016. - 164 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/87015.html>
4. Милорадова, Н. Г., Ишков, А. Д. Психология саморазвития и самоорганизации в условиях учебно-профессиональной деятельности : учебное пособие для студентов магистратуры, обучающихся по направлению подготовки 38.04.02 менеджмент. - 2024-07-01; Психология саморазвития и самоорганизации в условиях учебно-профессиональной деятельности. - Москва: Московский государственный строительный университет, Ай Пи Эр Медиа, ЭБС АСВ, 2016. - 109 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/54678.html>

6.2 Дополнительная литература:

1. Кашапов М. М. Акмеология : Учебное пособие для вузов. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 106 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/454226>
2. Бетина Е.М. Самореализация личности в пожилом возрасте через преодоление возрастного кризиса : дис. ... канд. психол. наук:19.00.13 : Защищена 29.05.07 : Утв. 19.10.07. - Тамбов, 2007. - 172 с.
3. Гаврилова А.А. Психологические особенности самореализации учащихся старших классов детских музыкальных школ в музыкально-исполнительской деятельности : автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. психолог. наук:(19.00.07). - Кострома, 2005. - 22 с.
4. Обухова Ю. В., Зинченко Е. В., Белова Е. В., Афанасенко И. В. Современная практическая психология в обеспечении ресурсов самореализации личности : монография. - Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. - 305 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493318>
5. Прохорова, Л. В., Осьмук, Л. А., Пономарев, В. Б. Самореализация пожилых людей как преодоление социальной эксклюзии : монография. - 2025-02-05; Самореализация пожилых людей как преодоление социальной эксклюзии. - Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2012. - 234 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/45011.html>
6. Иванова, И. В. Саморазвитие личности. Психолого-педагогический аспект : монография. - Весь срок охраны авторского права; Саморазвитие личности. Психолого-педагогический аспект. - Калуга: Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, 2013. - 266 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/57634.html>
7. Низовских Н. А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование личностного саморазвития : монография. - Москва|Берлин: Директ-Медиа, 2014. - 405 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274928>
8. Сапогова, Е. Е. Территория взрослости : горизонты саморазвития во взрослом возрасте. - 2022-12-04; Территория взрослости. - Москва: Генезис, 2020. - 312 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/89328.html>

6.3 Иные источники:

1. Журнал Вопросы психологии - <http://www.voppsy.ru/>

3. Международный научный журнал «Культурно-историческая психология» - http://www.psyportal.info/magazines/mezhdunarodnyi_nauchnyi_zhurnal_kulturnoistoricheskaya_psihologiya
4. Журнал «Мир психологии» - http://www.mpsu.ru/mag_mir_psihologii_content

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

LibreOffice

Microsoft Windows 10

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Цифровой образовательный ресурс IPR SMART. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>
2. Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» . – URL: <https://rusneb.ru>
3. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система. – URL: <https://www.studentlibrary.ru>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>
5. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: <https://www.prilib.ru>
6. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
7. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>
8. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <https://biblioclub.ru>
9. Электронная библиотека ТГУ. – URL: <https://elibrary.tsutmb.ru/>
10. Электронная библиотека РФФИ. – URL: <https://www.rfbr.ru/rffi/ru/library>
11. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyij-katalog>

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.