

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Институт образования и общественных наук  
Кафедра возрастной и педагогической психологии

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. директора института



С. К. Лямин  
«16» сентября 2024 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.В.ДВ.04.8 Психология молодости и зрелости

Направление подготовки/специальность: 41.03.04 - Политология

Профиль/направленность/специализация: Технологии управления политическими процессами

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2024

Тамбов, 2024

**Авторы программы:**

Доктор психологических наук, профессор Коваль Нина Александровна

Кандидат философских наук, доцент Николюкина Наталья Борисовна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 41.03.04 - Политология (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «23» августа 2017 г. № 814).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры возрастной и педагогической психологии «13» сентября 2024 г. Протокол № 2

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета истории, политологии и журналистики, Протокол от «16» сентября 2024 г. № 1.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП Бакалавриата.....	14
3. Объем и содержание дисциплины.....	15
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	16
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	21
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	22
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	23

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

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

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

- научно-исследовательский
- организационно-управленческий

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере научных исследований по тематике политической науки), 07 Административно-управленческая и офисная деятельность (в сферах: урегулирования политических конфликтов и споров с помощью процедуры медиации; администрирования взаимоотношений между органами государственной власти, организаций сферы бизнеса и общественных организаций; политико-управленческой деятельности в политических партиях, международных организациях, общественных институтах, субъектах экономической и образовательной деятельности; организационного и документационного обеспечения управления организацией)

### 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-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Проектирует траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширяет свой профессиональный кругозор: приобретает и использует на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе навыки семейного консультирования, техники, способствующие личностному и профессиональному росту

### 1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

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

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Очная (семестр)					
		1	2	3	4	5	6
1	Adobe Photoshop: основные инструменты и возможности			+			
2	Адаптивная физическая культура в санаторно-курортной системе		+				

3	Адаптивная физическая культура в системе здравоохранения			+			
4	Адаптивная физическая культура в системе образования				+		
5	Активные и интерактивные технологии в преподавании дисциплин гуманитарного цикла			+			
6	Анализ рисков и методы оценки рисков в бизнесе				+		
7	Аналитическое чтение			+			
8	Бизнес-планирование в АльтИнвест				+		
9	Биология развития человека в норме и патологии				+		
10	Брендинг				+		
11	Введение в звукорежиссуру		+				
12	Введение в искусственный интеллект	+					
13	Введение в проектную деятельность		+				
14	Введение в психологию кризисных состояний и отклоняющегося поведения		+				
15	Виды, методы и технологии в профайлинге			+			
16	Виктимология			+			
17	Вожатский практикум				+		
18	Генетика человека		+				
19	Геоинформационные системы и технологии дистанционного зондирования Земли				+		
20	Двигательный режим (инструктор по физической культуре)				+		

21	Девальвация нормы психического и личностного развития: причины и последствия				+		
22	Деловое общение и профессиональная этика			+			
23	Диагностика и психологические технологии профилактики отклоняющегося поведения				+		
24	Дизайн курса и разработка материалов для раннего обучения неродному языку				+		
25	Документирование деятельности кадровой службы			+			
26	Документирование трудовых отношений				+		
27	Духовно-нравственное воспитание	+					
28	Законодательство Российской Федерации в сфере риск-менеджмента			+			
29	Запись голоса и инструментов в студии звукозаписи			+			
30	Зарубежная литература и вызовы современности				+		
31	Защита прав и интересов клиентов социальных служб в отношениях с государственными органами				+		
32	Защита прав человека				+		
33	Здоровье-формирующие технологии в образовательной среде		+				
34	Инновационное мышление			+			
35	Институт семьи в современном обществе		+				
36	Интернет-аналитика – основа продвижения современного предприятия			+			

37	Как любить ребенка: эмоциональный компонент родительского отношения			+			
38	Комплаенс в системе обеспечения безопасности бизнеса				+		
39	Комплексная экономическая безопасность бизнеса			+			
40	Креативное мышление				+		
41	Кредитование физических лиц		+				
42	Лингвистическая экспертиза спорных текстов				+		
43	Литература русского зарубежья			+			
44	Личное планирование и управление рабочим временем			+			
45	Методика организаций массовых туристских мероприятий: соревнования, слеты, походы				+		
46	Методика организаций экскурсий и экскурсионных туров			+			
47	Методика раннего обучения иностранному языку			+			
48	Методология тьюторства: основные этапы, формы и технологии тьюторского сопровождения		+				
49	Методы и методики психологического исследования детей и родителей			+			
50	Методы изучения повседневности		+				
51	Методы изучения семьи				+		
52	Методы оценки и аттестации персонала				+		

53	Мир современного искусства: постмодернистский проект		+				
54	Модели электронной коммерции				+		
55	Молекулярно-биологические основы поведения и зависимостей		+				
56	Налогообложение бизнеса			+			
57	Нормативно-правовая база семейных отношений		+				
58	Нормы и правила современного этикета				+		
59	Нормы языкового общения в условиях виртуальной среды			+			
60	Общественные организации и движения		+				
61	Оперативная психодиагностика личности				+		
62	Организационно-методическое обеспечение дополнительного образования детей и взрослых		+				
63	Организационно-правовые основы управленческой деятельности в социальной сфере		+				
64	Организация деятельности детских общественных объединений в образовательной организации			+			
65	Организация и оказания юридической помощи клиентам социальных служб			+			
66	Организация работы спортивного судьи по избранному виду спорта			+			
67	Основы аргументации				+		
68	Основы биржевого дела				+		



69	Основы видеоблогинга				+		
70	Основы визуальной психодиагностики и профайлинга		+				
71	Основы деловой коммуникации на иностранном языке		+				
72	Основы копирайтинга			+			
73	Основы логики		+				
74	Основы логопедии		+				
75	Основы правильного питания			+			
76	Основы работы в ПО Agisoft Metashape			+			
77	Основы рекламы		+				
78	Основы рекреологии		+				
79	Основы риск-менеджмента. Методы оценки риска		+				
80	Основы спортивной журналистики		+				
81	Основы судебной лингвистической экспертизы			+			
82	Основы творческой деятельности журналиста			+			
83	Основы управления документацией		+				
84	Основы управления персоналом		+				
85	Особенности прохождения муниципальной службы				+		
86	Особенности рассмотрения семейных споров		+				
87	Особенности рассмотрения трудовых споров			+			
88	Педагогика	+					
89	Педагогический артистизм		+				
90	Педагогический дизайн технологий обучения				+		
91	Педагогическое сопровождение деятельности детских общественных организаций				+		

92	Письменный перевод документов физических лиц			+			
93	Письменный перевод документов юридических лиц				+		
94	Поведение в публичных местах			+			
95	Поведение потребителей и коммуникативная политика			+			
96	Повседневные разговоры				+		
97	Подготовка операторов наземных средств управления беспилотным летательным аппаратом самолетного и вертолетного типа		+				
98	Познание себя через практическую психологию			+			
99	Познание себя через психодиагностику		+				
100	Понятие психологической травмы в современной психологии		+				
101	Посттравматическое личностное развитие: приговор или точка личностного роста			+			
102	Правовое и этическое регулирование медиа				+		
103	Правовое обеспечение местного самоуправления		+				
104	Практикум по организации логопедической работы в дошкольном образовательном учреждении				+		
105	Проблема смысла жизни и ценности в философии			+			
106	Программирование на языке Python. Базовый курс		+				

107	Программирование на языке Python. Продвинутый курс			+			
108	Программирование на языке Python. Разработка веб-приложений с использованием Flask				+		
109	Проектный семинар			+	+	+	+
110	Пропедевтика. Основы композиции		+				
111	Противодействие коррупции и формирование антикоррупционного поведения личности		+				
112	Профессиональные компетенции современного педагога дисциплин гуманитарного цикла в условиях цифровизации образования		+				
113	Психика и мозг		+				
114	Психолингвистическое освоение основ овладения детьми новым языком		+				
115	Психология благополучия, или психология счастливого человека				+		
116	Психология девиантной личности			+			
117	Психология детства		+				
118	Психология креативности			+			
119	Психология подросткового и юношеского возраста			+			
120	Психология творческого саморазвития		+				
121	Психолого-педагогическая диагностика				+		
122	Психофизиологические основы поведения и когнитивных функций			+			

123	Публичная служба в системе государственного и муниципального управления				+		
124	Разработка программ дополнительного образования для детей и молодежи				+		
125	Рекрутмент персонала			+			
126	Русская писательская критика XIX-XXI веков		+				
127	Самоменеджмент: методики и технологии				+		
128	Саморазвитие и актерское мастерство				+		
129	Сведение и мастеринг в студии звукозаписи				+		
130	Система публичного управления			+			
131	Современные маркетинговые технологии		+				
132	Современные методы географических исследований в рамках проектной деятельности школьников				+		
133	Современные методы химического анализа в криминалистике				+		
134	Современные молекулярно-биологические и микробиологические методы в криминалистике			+			
135	Современные педагогические технологии в сфере дополнительного образования			+			
136	Современные подходы к персональному менеджменту		+				
137	Современные экологические проблемы		+				

138	Социальные сети как коммуникационные каналы		+				
139	Стандартизация, сертификация и управление качеством в ресторанном и гостиничном бизнесе				+		
140	Стартап: идея с нуля		+				
141	Стартап: от идеи к MVP			+			
142	Стартап: практика создания собственного бизнеса				+		
143	Стратегии и правила безопасного инвестирования на финансовых рынках		+				
144	Стратегический маркетинг				+		
145	Страхование личности			+			
146	Текст и дискурс в Интернете				+		
147	Теоретико-методические основы вожатской деятельности		+				
148	Теоретические аспекты мышления		+				
149	Теоретические, процессуальные и организационные основы судебной экспертизы				+		
150	Теория и практика судейства по видам ВФСК «ГТО»				+		
151	Теория и практика судейства по избранному виду спорта		+				
152	Технологии вожатской деятельности			+			
153	Технологии коррекции речевых нарушений у детей дошкольного возраста			+			
154	Технологии развития высших психических функций			+			

155	Технологии рефлексивно-творческого саморазвития			+			
156	Технология и организация гостинично-ресторанного комплекса			+			
157	Типографика				+		
158	Тренинг «Майнд-фитнес»				+		
159	Управление в социальных процессах			+			
160	Управление общественными отношениями		+				
161	Управляющий рестораном: карьера, развитие и soft-skills		+				
162	Физическая география России и мира		+				
163	Цифровая культура		+				
164	Цифровой маркетинг и SEO			+			
165	Цифровые образовательные ресурсы в преподавании дисциплин гуманитарного цикла				+		
166	Экология атмосферы			+			
167	Экология гидросферы				+		
168	Экономико-правовые аспекты создания и развития собственного бизнеса		+				
169	Экономическая, социальная и политическая география			+			
170	Электронный бизнес. Электронная коммерция		+				
171	Ювенальное право				+		
172	Язык как объект лингвистической экспертизы		+				
173	Языковая личность в виртуальном пространстве		+				

## 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Психология молодости и зрелости» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 41.03.04 - Политология.

Дисциплина «Психология молодости и зрелости» изучается в 4 семестре.

### 3.Объем и содержание дисциплины

#### 3.1.Объем дисциплины:

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>72</b>
Контактная работа	32
Лекции (Лекции)	16
Практические (Практ. раб.)	16
Самостоятельная работа (СР)	40
Зачет	-

#### 3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лек ции	Пра кт. раб.	СР	
		О	О	О	
4 семестр					
1	Психология молодости	16	-	10	Дискуссия
2	Выбор спутника жизни и создание семьи	-	6	10	Опрос; Дискуссия
3	Психология зрелости	-	6	10	Опрос; Дискуссия
4	Проблемы геронтопсихологии	-	4	10	Опрос

#### Тема 1. Психология молодости (УК-6)

##### Лекция.

Студенческий возраст характеризуется достижением наивысших «пиковых» результатов, базирующихся на всех предшествующих процессах биологического, психологического, социального развития, происходит сознание себя, принятие социальной ответственности, прав и обязанностей. Начало профессиональной деятельности: типичные ошибки молодого специалиста. Формирование образа, стиля жизни и круга общения.

##### Практическое занятие.

не предусмотрено

##### Задания для самостоятельной работы.

- 1 Перечислите и опишите основные проблемы данного возраста.

#### Тема 2. Выбор спутника жизни и создание семьи (УК-6)

##### Лекция.

не предусмотрена

**Практическое занятие.**

- 1 Поиск и выбор супруга и вступление в брак, формирование отцовской и материнской позиции.
- 2 Воспитание детей.
- 3 Стили семейного воспитания.

**Задания для самостоятельной работы.**

- 1 Подготовиться к опросу.
- 2 Углубленное изучение темы

**Тема 3. Психология зрелости (УК-6)****Лекция.**

не предусмотрена

**Практическое занятие.**

- 1 Что такое «зрелая личность»?
- 2 Реализация потребности в достижениях и социальном признании.
- 3 Самореализация в профессиональной деятельности, построение карьеры.
- 4 Возрастные кризисы зрелости: анализ целей и переоценка ресурсов

**Задания для самостоятельной работы.**

- 1 Подготовиться к опросу
- 2 Углубленное изучение темы

**Тема 4. Проблемы геронтопсихологии (УК-6)****Лекция.**

не предусмотрена

**Практическое занятие.**

- 1 Кризис ухода на пенсию.
- 2 Сужение круга общения.
- 3 Угасание интеллектуальных функций.
- 4 Счастливая старость: возможна ли она?
- 5 Мудрость – главное новообразование и жизненный итог.

**Задания для самостоятельной работы.**

- 1 Подготовиться к опросу
- 2 Углубленное изучение темы

**4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства****4.1. Распределение баллов:**

4 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

**Распределение баллов по заданиям:**

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки



1.	Психология молодости	Дискусси я	20	<p>20 баллов – Понимает актуальность обсуждаемой проблемы, осознает важность её решения; четко и логично излагает свою точку зрения и отношения к проблеме; подтверждает свою позицию результатами научных исследований со ссылками на авторов; владеет специальной терминологией; демонстрирует умение вести дискуссию, уважение к оппонентам; четко соблюдает регламент.</p> <p>15 баллов – Понимает актуальность обсуждаемой проблемы; испытывает затруднения в выборе языковых средств; владеет специальной терминологией; четко соблюдает регламент.</p> <p>10 баллов – Испытывает затруднения в понимании смысла обсуждаемой проблемы. представления о проблемы поверхностные, размытые; не в полном объеме владеет специальной терминологией; выступление эмоциональное, но имеет не научного содержания.</p> <p>Если обучающийся не демонстрирует знаний по теме, не готов вести диалог, отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
2.	Выбор спутника жизни и создание семьи	Опрос(ко нтрольн ый срез)	10	<p>8-10 баллов – Понимает суть вопроса; сопоставляет полученную информацию, умеет четко отвечать на поставленные вопросы.</p> <p>5-7 баллов – Понимает суть вопроса; испытывает некоторые затруднения в понимании и использовании профессиональной терминологии.</p> <p>2-4 балла – Испытывает затруднения в ответе на вопросы; не усвоил базовых понятий</p> <p>Баллами не оценивается - Не понимает сути вопроса. Не готов отвечать</p>
		Дискусси я	20	<p>20 баллов – Понимает актуальность обсуждаемой проблемы, осознает важность её решения; четко и логично излагает свою точку зрения и отношения к проблеме; подтверждает свою позицию результатами научных исследований со ссылками на авторов; владеет специальной терминологией; демонстрирует умение вести дискуссию, уважение к оппонентам; четко соблюдает регламент.</p> <p>15 баллов – Понимает актуальность обсуждаемой проблемы; испытывает затруднения в выборе языковых средств; владеет специальной терминологией; четко соблюдает регламент.</p> <p>10 баллов – Испытывает затруднения в понимании смысла обсуждаемой проблемы. представления о проблемы поверхностные, размытые; не в полном объеме владеет специальной терминологией; выступление эмоциональное, но имеет не научного содержания.</p> <p>Если обучающийся не демонстрирует знаний по теме, не готов вести диалог, отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>

3.	Психология зрелости	Опрос(контрольный срез)	10	8-10 баллов – Понимает суть вопроса; сопоставляет полученную информацию, умеет четко отвечать на поставленные вопросы. 5-7 баллов – Понимает суть вопроса; испытывает некоторые затруднения в понимании и использовании профессиональной терминологии. 2-4 балла – Испытывает затруднения в ответе на вопросы; не усвоил базовых понятий Баллами не оценивается - Не понимает сути вопроса. Не готов отвечать
		Дискуссия	20	20 баллов – Понимает актуальность обсуждаемой проблемы, осознает важность её решения; четко и логично излагает свою точку зрения и отношения к проблеме; подтверждает свою позицию результатами научных исследований со ссылками на авторов; владеет специальной терминологией; демонстрирует умение вести дискуссию, уважение к оппонентам; четко соблюдает регламент.  15 баллов – Понимает актуальность обсуждаемой проблемы; испытывает затруднения в выборе языковых средств; владеет специальной терминологией; четко соблюдает регламент.  10 баллов – Испытывает затруднения в понимании смысла обсуждаемой проблемы. представления о проблеме поверхностные, размытые; не в полном объеме владеет специальной терминологией; выступление эмоциональное, но имеет не научного содержания.  Если обучающийся не демонстрирует знаний по теме, не готов вести диалог, отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.
4.	Проблемы геронтопсихологии	Опрос	10	8-10 баллов – Понимает суть вопроса; сопоставляет полученную информацию, умеет четко отвечать на поставленные вопросы. 5-7 баллов – Понимает суть вопроса; испытывает некоторые затруднения в понимании и использовании профессиональной терминологии. 2-4 балла – Испытывает затруднения в ответе на вопросы; не усвоил базовых понятий Баллами не оценивается - Не понимает сути вопроса. Не готов отвечать
5.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 5-8 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 2-4 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премиальные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов; - выполнение индивидуальных заданий повышенной сложности – 10 баллов
7.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

#### 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

### Дискуссия

#### Тема 1. Психология молодости

Темы для дискуссии:

- 1 Современная молодежь: перспективы и проблемы.
- 2 Самореализация в студенческом возрасте
- 3 Я - молодой специалист

#### Тема 2. Выбор спутника жизни и создание семьи

Темы для дискуссий:

Хорошее дело браком не назовут (современные виды брака, функции современного брака)  
 Поощрение и наказание (оптимальные формы родительских поощрений и наказаний)  
 Семья или карьера (стратегии построения карьеры, проблемы и точки роста)

#### Тема 3. Психология зрелости

Темы для дискуссии:

Кризис среднего возраста  
 Непрерывное образование  
 Синдром "опустевшего гнезда"

### Опрос

#### Тема 2. Выбор спутника жизни и создание семьи

- 1 Поиск и выбор супруга и вступление в брак
- 2 Формирование отцовской и материнской позиции.
- 3 Воспитание детей. Стили семейного воспитания.

#### Тема 3. Психология зрелости

- 1 Что такое «зрелая личность»?
- 2 Реализация потребности в достижениях и социальном признании.
- 3 Самореализация в профессиональной деятельности, построение карьеры.
- 4 Возрастные кризисы зрелости: анализ целей и переоценка ресурсов

#### Тема 4. Проблемы геронтопсихологии

- 1 Кризис ухода на пенсию.
- 2 Сужение круга общения.
- 3 Угасание интеллектуальных функций.
- 4 Счастливая старость: возможна ли она?
- 5 Мудрость – главное новообразование и жизненный итог.

#### 4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

### Типовые вопросы зачета (УК-6)

- 1 Характеристика студенческого возраста
- 2 Начало профессиональной деятельности: типичные ошибки молодого специалиста.  
Формирование образа, стиля жизни и круга общения в молодости.
- 3 Поиск и выбор супруга и вступление в брак
- 4 Формирование отцовской и материнской позиции.
- 5 Воспитание детей. Стили семейного воспитания.
- 6 Реализация потребности в достижениях и социальном признании.
- 7 Самореализация в профессиональной деятельности, построение карьеры.
- 8 Возрастные кризисы зрелости: анализ целей и переоценка ресурсов.
- 9 Кризис ухода на пенсию.
- 10 Угасание интеллектуальных функций.
- 11 Мудрость – главное новообразование и жизненный итог.

### Типовые задания для зачета (УК-6)

**Задание 1. В целях изучения возрастных особенностей самооценки на выборке из 100 испытуемых (женщин – 66, мужчин - 34) в возрасте от 36 до 60 лет было проведено исследование по методике М. Куна «Кто Я?»<sup>9</sup>. Основные категории описаний: личностные характеристики, семья и отношения в ней, деловая сфера, увлечения и интересы, социальные контакты. Получены следующие результаты. Различия в самоописаниях женщин и мужчин заключаются в порядке следования категорий. Для женщин он прямо совпадает с приведенным, у мужчин категория семейных отношений уступает место увлечениям и деловой сфере. По сравнению с периодом ранней зрелости, у тех и других социальные контакты становятся менее упоминаемыми в сопоставлении с профессиональными интересами и увлечениями.**

Какими возрастными особенностями объясняются различия в самоописаниях испытуемых в возрасте ранней и средней зрелости? Как проявилась в самооценке специфика женского и мужского вариантов развития в зрелости?

**Задание 2. Высказывания пожилых людей:**

«Внучке 10 лет. Она у нас трусиха. До сих пор ее в школу вожу и обратно. Все жду, когда же наша девочка осмелеет. Вот сейчас бабушка нужна, а подрастет немного, и никто не нужен будет. Но это жизнь. Я и дочери говорю, что когда-то это произойдет. Девочка должна повзрослеть».

«Борюсь за свое здоровье ради внуков».

«Без встреч со смертью не может быть ничего, нравственности быть не может, я так часто об этом думал, что как будто накликал, а накликав, приготовился к этому. Есть только чувство досады, что не успел доделать то, что, наверное, не одному мне нужно».

«Ты нам ничего не покупай, у нас все есть».

«Нам жизнь досталась трудная, да и вам не легче».

Каково психологическое содержание переживаний, выраженных в высказываниях пожилых людей? Какими возрастными особенностями они могут быть объяснены?

#### 4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	УК-6	Демонстрирует достаточный уровень готовности проектировать траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширять свой профессиональный кругозор: приобретать и использовать на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе навыки семейного консультирования, техники, способствующие личностному и профессиональному росту

«не зачтено» (0 - 49 баллов)	УК-6	Демонстрирует недостаточный уровень готовности проектировать траекторию своего профессионального роста и личностного развития, расширять свой профессиональный кругозор: приобретать и использовать на практике базовые знания, умения и навыки из различных сфер профессиональной деятельности, в том числе навыки семейного консультирования, техники, способствующие личностному и профессиональному росту
---------------------------------	------	---

## 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. Андрущенко Т. Ю., Шашлова Г. М. Возрастная психология и возрастные кризисы: кризис развития ребенка семи лет : Учебное пособие Для СПО. - испр. и доп; 2-е изд.. - Москва: Юрайт, 2020. - 103 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/466007>
2. Сахарова Т. Н., Уманская Е. Г., Цветкова Н. А. Геронтопсихология : учебник. - 2-е изд., доп.. - Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. - 352 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=500341>

3. Сахарова Т. Н., Цветкова Н. А., Уманская Е. Г. Геронтопсихология : учебник с практикумом. - Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2016. - 352 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472089>

4. Сахарова, Т. Н., Уманская, Е. Г., Цветкова, Н. А. Геронтопсихология : учебник с практикумом. - 2025-07-14; Геронтопсихология. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2018. - 352 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/97709.html>

## 6.2 Дополнительная литература:

1. Бедина В.Ю. Этнопсихология : УМК по спец. "Психол.". - Тамбов: [Изд-во ТГУ], 2008. - 1 электрон. опт. диск (CD).

2. Бережковская Е. Л. Психология развития и возрастная психология : Учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2021. - 357 с. - Текст : электронный // ЭБС «ЮРАЙТ» [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/477306>

3. Бубчикова Н.В., Чикова И.В. Социальная психология : учебно-методическое пособие. - Москва: Флинта, 2020. - 213 с. - Текст : электронный // ЭБС «Консультант студента вуза и медвуза [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN97859765238761.html>

4. Николюкина Н.Б. Геронтопсихология : учеб. пособ.. - Тамбов: Изд-во ТГУ, 2009. - 61 с.

## 6.3 Методические разработки:

1. № 1 (61), 2013

2. № 1 (65), 2014

3. № 1 (69), 2015

4. № 1 (71), 2016

5. Геронтопсихология : Учеб.-метод.рекомендации для студудентов псих.ф-та/ Сост.Н.Б.Николюкина. - Тамбов: ТГУ, 2003. - 32с.

## 6.4 Иные источники:

1. «Российское психологическое общество» - <http://рпо.рф/>

2. Библиотека научной и учебной литературы - <http://sbiblio.com>

3. Библиотека психологического форума MyWord.ru. - <http://psvlib.myword.in>

4. Библиотека психологической литературы. BOOKAP (Books of the psychology) - <http://bookap.info>

5. Библиотека РАН - <http://www.ras.ru/>

6. Большая российская энциклопедия - <https://bigenc.ru/>

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

8. Зимняя И.А. Научно-исследовательская работа: методология, теория, практика организации и проведения - [http://www.misis.ru/Portals/0/IKVO/Zimnaya/Zimn\\_eopp.pdf](http://www.misis.ru/Portals/0/IKVO/Zimnaya/Zimn_eopp.pdf)

## **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:

7-Zip 9.20

Adobe Reader

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows "Лаборатория Касперского"

Microsoft Office Enterprise 2007

Microsoft Windows 10

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка». – URL: <https://cyberleninka.ru>

2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>

3. Тамбовская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина: официальный сайт. – URL: <http://www.tambovlib.ru>

4. Федеральный портал «Российское образование». – URL: <https://www.edu.ru>

5. Электронная библиотека ТГУ. – URL: <https://elibrary.tsutmb.ru/>

6. Электронная библиотека. Образовательная платформа «Юрайт». – URL: <https://biblio-online.ru/book/sud-prisyazhnyh-442275>

### **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](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.