

Аннотация дисциплины
Б1.В.ДВ.02.02 Психология свободного времени личности
 Направление подготовки 37.04.01 Психология
 Направленность (профиль) «Психология личности»
 Квалификация «Магистр»
 Форма обучения: очная

Объем трудоемкости: составляет 2 зачетных единицы (5 курс). Всего 72 часа, аудиторных – 28ч: лекции- 10ч и 18 ч - практических, СР- 44ч., 28 ч.– контактные часы, интерактивные – 14ч.

Цель - «Психология свободного времени личности» ставит целью формирование у магистров научных знаний в области психологии свободного времени: системой знаний и компетенций по владению навыками психодиагностики влияния особенностей личности на выбор проведения свободного времени в соответствии с планом конкретного психологического исследования; навыками анализа своей мотивации в выборе формы проведения свободного времени и умению применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (для оптимизации) собственной деятельности и психического состояния.

То есть в ходе освоения дисциплины формируется не только мировоззренческие основы специалистов, но происходит овладение ими психологическими методами исследования различных явлений общественной жизни, в том числе в области психологии личности, мотивации, саморегуляции и саморазвития человека.

Задачи соотносимы с формируемыми компетенциями:

1. Формирование готовности к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3).
2. Развитие способности анализировать индивидуальные различия с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе (ПК-3).

Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Психология свободного времени» относится к вариативной части Блока 1 "Дисциплины (модули)" учебного плана направления подготовки 37.04.01 Психология направленность (профиль) «Психология личности».

Для успешного изучения дисциплины студентами желательно, чтобы они обладали знаниями, полученными в процессе освоения таких дисциплин как «Методологические проблемы психологии», «Отрасли психологии, психологические практики и психологические службы», «Психология личности», «Психология общения».

Требования к уровню освоения дисциплины.

В результате научно-исследовательской работы магистрант должен продемонстрировать освоение следующих компетенций:

ОК-3 - готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала.

ПК- 3 -способность анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе.

Расшифровка компетенций в соответствии с картой компетенций основной образовательной программы:

№ п.п.	Индекс компет енции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1	ОК-3	готовность к	Знать основные	Уметь подбирать	Владеть

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
		саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала.	закономерность и формирования и развития мотивации личности ее творческого потенциала.	методы диагностики целей и ценностей саморазвития личности по профессиональную творческую задачу.	навыками саморазвития, самореализации, использования творческого потенциала.
2	ПК-3	способность анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе	Знать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе	Уметь анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе	Владеть навыками диагностики и протоколирования базовых механизмов психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе

Структура и содержание дисциплины.

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач.ед. (72 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	2					
	Основы психологии свободного времени личности	9	2	2		5
	Понимание времени и свободы в различных теоретических подходах как составляющих феномена «свободное время».	9	2	2		5
	Проблема социального и психологического времени в философии	9	2	2		5
	Проблема психологического исследования свободного времени.	9	2	2		5
	Личностные особенности проведения свободного времени.	9	2	2		5
	Мотивационная обусловленность свободного времени.	7		2		5
	Свободное время личности как «событие» и проблема со-бытия	7		2		5
	Свободное время личности и «занятость»	7		2		5
	Свободное время личности в контексте имиджа	6		2		4
	Итого по дисциплине:	72	10	18		44

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

Основная литература

1. **Елисеев О.П.** Практикум по психологии личности. 4-е изд., пер. и доп. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. Научная школа: Российский государственный гуманитарный университет (г.Москва). Год: 2017 2018г. <https://biblio-online.ru/viewer/99026BA7-87C1-44C5-8A32-40ECF13F8092#page/1>
2. **Маралов В.Г., Низовских Н.А., Щукина М.А.** Психология саморазвития. 2-е изд., испр. и доп. Учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. Научная школа: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы (г. Санкт-Петербург). Череповецкий государственный университет (г. Череповец). Год: 2017 2018г / Гриф УМО ВО. <https://biblio-online.ru/viewer/59B4645D-07A3-40E7-A05E-F074CE92B797#page/1>
3. **Диянова З.В., Щеголева Т.М.** Психология личности и механизмы развития личности. 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. Научная школа: Иркутский государственный университет (г. Иркутск). Год: 2018 / Гриф УМО ВО. <https://biblio-online.ru/viewer/4C579971-ECEC-4EB9-AB4E-88FB2CD26143#page/1>

Дополнительная литература

1. **Ежова, Н.Н.** Краткий справочник практического психолога: справочник. Ростов-

- на-Дону: Феникс, 2014. — 319 с. (электронный учебник - Электронная библиотечная система "Университетская библиотека ONLINE" // http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=70095)
2. **Елисеев О.П.** Экспериментальная психология личности. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры . Научная школа: Российский государственный гуманитарный университет (г.Москва). Год: 2017 / Гриф УМО ВО. <https://biblio-online.ru/viewer/144E9BD9-1AB0-456F-8768-677F2136FED1/eksperimentalnaya-psihologiya-lichnosti#page/1>
 3. **Линде, Н.Д.** Психологическое консультирование: Теория и практика : учебное пособие. М.: Аспект Пресс, 2013. — 272 с. (электронный учебник - Электронная библиотечная система "Университетская библиотека ONLINE" // http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=68772)

Форма проведения аттестации по дисциплине: зачет

Автор РПД – Ожигова Л.Н.