

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Факультет компьютерных технологий и прикладной математики

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе,  
качеству образования – первый  
проректор  
\_\_\_\_\_ Хагуров Т.А.  
подпись  
« 31 » \_\_\_\_\_ май 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Б1.О.21 ПСИХОЛОГИЯ**

Направление подготовки 01.03.02 Прикладная математика и информатика

Профиль Программирование и информационные технологии

Форма обучения очная

Квалификация бакалавр

Краснодар 2019

Рабочая программа дисциплины Б1.О.21 Психология составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 01.03.02 Прикладная математика и информатика

Программу составил (и):

О.В. Киреева, доцент, канд.психол.наук

  
подпись

Рабочая программа дисциплины Б1.О.21 Психология утверждена на заседании кафедры социальной психологии и социологии управления протокол 10, «09» апреля 2019 г.

Заведующий кафедрой (разработчика) Дёмин А.Н.

  
подпись

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры (выпускающей)

протокол № 15 « 7 » 05 2019 г.

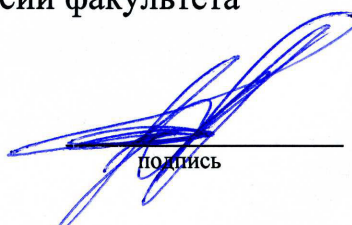
Заведующий кафедрой (выпускающей) Гаркуша О.В.

  
подпись

Утверждена на заседании учебно-методической комиссии факультета компьютерных технологий и прикладной математики

протокол № 1 « 15 » 05 2019 г.

Председатель УМК факультета Коваленко А.В.

  
подпись

Рецензенты:

Казимагомедов Д.К., директор ООО «Островок тепла», педагог-психолог  
Лупенко Н.Н. зав. каф. психологии личности и общей психологии,  
канд.психол.наук.

## **1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)**

### **1.1 Цель освоения дисциплины**

В соответствии с общими целями ООП ВО цель дисциплины «Психология» - формирование основ профессионального мышления студентов бакалавриата в области психологии, личностного и профессионального развития, формирование готовности к решению комплексных профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

### **1.2 Задачи дисциплины**

- повысить уровень психологической культуры студентов, познакомить с ведущими концепциями и идеями в области психологии,
- ознакомить студентов с основными подходами к проблеме саморазвития личности в современной психологии,
- привить студентам навыки использования приемов управления своим временем в научно-теоретической и практической деятельности,
- подготовить студентов к выстраиванию и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

### **1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Психология» относится к обязательной части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 "Дисциплины" учебного плана., предлагается для изучения в 5 семестре ОФО.

Дисциплина содержательно связана с введением в профессию, обеспечивая понимание процессов саморазвития в профессиональной деятельности и готовит к выстраиванию и реализации траектории саморазвития в том числе и в профессии и в учебной деятельности в целом.

### **1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных компетенций (УК-6; УК-3)

| № п.п. | Индекс компетенции | Содержание компетенции (или её части)                                                                                                       | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны                                                                                                |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                 |
|--------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |                    |                                                                                                                                             | знать                                                                                                                                                      | уметь                                                                                                                                                                               | владеть                                                                                                                                                                         |
| 1.     | УК-6               | Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере, принципы и способы управления своим временем (ИУК-6.2), основные | применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в | приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития |

| № п.п. | Индекс компетенции | Содержание компетенции (или её части)                                                | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны           |                                                |                                                                                        |
|--------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|        |                    |                                                                                      | знать                                                                 | уметь                                          | владеть                                                                                |
|        |                    |                                                                                      | подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах (ИУК-6.4) | течение всей жизни (ИУК-6.1)                   | на основе принципов образования в течение всей жизни (ИУК-6.3)                         |
| 2      | УК-3               | Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде. | знает психологические основы социального взаимодействия (ИУК-3.1)     | умеет определять свою роль в команде (ИУК-3.2) | владеет техниками эффективной коммуникации и реализации своей роли в команде (ИУК-3.3) |

Индикаторы компетенции: УК-6: ИУК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития; ИУК-6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; ИУК-6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; ИУК-6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач. УК-3: ИУК-3.1 знает психологические основы социального взаимодействия; ИУК-3.2 умеет определять свою роль в команде; ИУК-3.3 владеет техниками эффективной коммуникации и реализации своей роли в команде.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

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

| Вид учебной работы                                                                    | Всего часов | Семестры (часы) |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------|
|                                                                                       |             | 5               |
| <b>Контактная работа, в том числе:</b>                                                | <b>56,2</b> | <b>56,2</b>     |
| <b>Аудиторные занятия (всего):</b>                                                    |             |                 |
| Занятия лекционного типа                                                              | 16          | 16              |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)                            | 34          | 34              |
|                                                                                       |             |                 |
| <b>Иная контактная работа:</b>                                                        |             |                 |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)                                                 | 6           | 6               |
| Промежуточная аттестация (ИКР)                                                        | 0,2         | 0,2             |
| <b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>                                           | <b>15,8</b> | <b>15,8</b>     |
| Проработка учебного (теоретического) материала                                        | 5           | 5               |
| Выполнение индивидуальных теоретических, аналитических заданий (подготовка сообщений, | 5           | 5               |

|                                                                                                      |                                      |              |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------|--------------|
| <i>презентаций)</i>                                                                                  |                                      |              |              |
| <i>Самообследование, самоанализ и проектирование элементов индивидуальных стратегий саморазвития</i> |                                      | 5            | 5            |
| Подготовка к текущему контролю                                                                       |                                      | 0,8          | 0,8          |
| <b>Контроль:</b>                                                                                     |                                      | <b>зачет</b> | <b>зачет</b> |
|                                                                                                      |                                      |              |              |
| <b>Общая трудоемкость</b>                                                                            | <b>час.</b>                          | <b>72</b>    | <b>72</b>    |
|                                                                                                      | <b>в том числе контактная работа</b> | <b>56,2</b>  | <b>56,2</b>  |
|                                                                                                      | <b>зач. ед</b>                       | <b>2</b>     | <b>2</b>     |

## 2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые в 5 семестре (*очная форма*)

| №  | Наименование разделов                                                            | Количество часов |                   |           |    |                      |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------|-----------|----|----------------------|
|    |                                                                                  | Всего            | Аудиторная работа |           |    | Внеаудиторная работа |
|    |                                                                                  |                  | Л                 | ПЗ        | ЛР |                      |
| 1  | 2                                                                                | 3                | 4                 | 5         | 6  | 7                    |
| 1. | Введение в психологию                                                            | 4                | 2                 | 2         |    |                      |
| 2. | Психические процессы и состояния личности                                        | 8                | 2                 | 4         |    | 2                    |
| 3. | Психология личности, личность во взаимодействии и в группе                       | 8                | 2                 | 4         |    | 2                    |
| 4. | Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности                         | 16               | 4                 | 8         |    | 4                    |
| 5. | Тайм-менеджмент и управление карьерой на основе образования в течение всей жизни | 16               | 4                 | 8         |    | 4                    |
| 6. | Психологические барьеры личностного и профессионального саморазвития             | 13               | 2                 | 8         |    | 3                    |
|    | <b>ИТОГО по разделам дисциплины</b>                                              | <b>65</b>        | <b>16</b>         | <b>34</b> |    | <b>15</b>            |
|    | Контроль самостоятельной работы (КСР)                                            | 6                |                   | 6         |    |                      |
|    | Промежуточная аттестация (ИКР)                                                   | 0,2              |                   |           |    |                      |
|    | Подготовка к текущему контролю                                                   | 0,8              |                   |           |    | 0,8                  |
|    | Общая трудоемкость по дисциплине                                                 | 72               | 16                | 34        |    | 15,8                 |

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

## 2.3 Содержание разделов (тем) дисциплины

### 2.3.1 Занятия лекционного типа

| №  | Наименование раздела (темы) | Содержание раздела (темы)                                                                                                                             | Форма текущего контроля    |
|----|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1  | 2                           | 3                                                                                                                                                     | 4                          |
| 1. | Введение в психологию       | Психология как область знаний (наука). Предмет психологии. Виды психических явлений. Основные категории психологии. Методы психологического познания. | <i>Контрольные вопросы</i> |

|    |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                            |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|    |                                                                                  | Психика человека: сознание и бессознательное. Самосознание.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                            |
| 2. | Психические процессы и состояния                                                 | Эмоционально-волевая сфера личности. Саморегуляция. Познавательные процессы. Ощущение. Внимание. Память. Мышление. Речь. Воображение. Общая характеристика, значение в жизни человека.                                                                                                                                                                                                                                                                                | <i>Контрольные вопросы</i> |
| 3. | Психология личности, личность во взаимодействии и в группе                       | Человек как личность, индивид, индивидуальность. Понятие личности. Структура личности. Факторы социализации, формирования и развития личности. Индивидуально-типологические особенности личности: темперамент, способности, характер, направленность. Личность в деятельности, социальном взаимодействии и в группе.                                                                                                                                                  | <i>Контрольные вопросы</i> |
| 4. | Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности                         | Личностное развитие и развитие группы. Профессиональное саморазвитие. Проблемы самореализации личности в карьере. Характеристика основных направлений профориентации: профинформирование, консультирование, профподбор, профотбор, помощь в профессиональной адаптации. Профессиональная мотивация личности и удовлетворенность профессиональной деятельностью.                                                                                                       | <i>Контрольные вопросы</i> |
| 5. | Тайм-менеджмент и управление карьерой на основе образования в течение всей жизни | Сущность и функции тайм-менеджмента. Методы и технологии тайм-менеджмента как элемента системы управления организацией. Сущность планирования рабочего времени. Способы его оптимизации. Причины дефицита времени и его инвентаризация. Способы выявления хронофагов. Оптимизация стандартных процессов деятельности и временных затрат. Этапы построения карьеры в различных психологических теориях.                                                                | <i>Контрольные вопросы</i> |
| 6. | Психологические барьеры личностного и профессионального саморазвития             | Основные подходы к исследованию психологических барьеров развития личности в работах отечественных и зарубежных ученых. Эмоционально-личностные, профессиональные (отсутствие условий для профессионального роста, профессиональные затруднения, равнодушие руководства и др.) и социальные (низкий уровень оплаты труда, невнимание общественности к образованию и др.) барьеры. Основные факторы, активизирующие возникновение барьеров профессионального развития. | <i>Контрольные вопросы</i> |

### 2.3.2 Занятия семинарского типа

| №  | Наименование раздела (темы)                                                      | Тематика практических занятий (семинаров)                                                                                                | Форма текущего контроля                                         |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 1  | 2                                                                                | 3                                                                                                                                        | 4                                                               |
| 1. | Введение в психологию                                                            | Основные категории в психологии.<br>Методы изучения самосознания человека.                                                               | -                                                               |
| 2. | Психические процессы и состояния                                                 | Эмоционально-волевая сфера личности. Самооценка.                                                                                         | Контрольные вопросы, самодиагностика и анализ                   |
|    |                                                                                  | Познавательные процессы. Самооценка.                                                                                                     | Контрольные вопросы, самодиагностика и анализ                   |
| 3. | Психология личности, личность во взаимодействии и в группе                       | Факторы социализации, формирования и развития личности.<br>Эффективные коммуникации личности и группы.<br>Роли в группе и их реализация. | Контрольные вопросы, самодиагностика и анализ                   |
|    |                                                                                  | Индивидуально-типологические особенности личности: темперамент, характер; способности, направленность. Самооценка, анализ ресурсов.      | Контрольные вопросы, самодиагностика и анализ                   |
| 4. | Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности                         | Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности                                                                                 | Контрольные вопросы                                             |
|    |                                                                                  | Траектории профессионального и личностного роста                                                                                         | Участие в групповых дискуссиях                                  |
|    |                                                                                  | Психологические регуляторы всевозрастного профессионального и карьерного развития. Самооценка                                            | Самодиагностика и анализ                                        |
|    |                                                                                  | Планирование карьеры.                                                                                                                    | Анализ и проектирование элементов стратегий карьерного развития |
| 5. | Тайм-менеджмент и управление карьерой на основе образования в течение всей жизни | Сущность и функции тайм-менеджмента.                                                                                                     | Контрольные вопросы                                             |
|    |                                                                                  | Методы и технологии тайм-менеджмента                                                                                                     | Контрольные вопросы, участие в дискуссии                        |
|    |                                                                                  | Отработка навыков управления временем                                                                                                    | Участие в практических занятиях                                 |
|    |                                                                                  | Оценка эффективности управления временем и личностными ресурсами                                                                         | Самооценка и самоанализ, критический анализ                     |
| 6. | Психологические барьеры личностного и профессионального                          | Психологические барьеры личностного развития. Самооценка.                                                                                | Самооценка и самоанализ                                         |
|    |                                                                                  | Психологические барьеры профессионального развития. Самооценка.                                                                          | Самооценка и самоанализ                                         |

|              |                                                                                                                             |                                            |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| саморазвития | Психологическое преодоление трудных жизненных ситуаций, кризисов: ресурсы и ограничения, стратегии и саморегуляция (4 часа) | Самооценка и самоанализ, отработка навыков |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|

### 2.3.3 Лабораторные занятия

Лабораторные занятия не предусмотрены

### 2.3.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые проекты/работы не предусмотрены

## 2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

| № | Вид СРС                                                                                            | Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы                                                                                                                                                                       |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 2                                                                                                  | 3                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 1 | Проработка теоретического материала                                                                | Методические указания по подготовке темы к семинару (доклада)<br>Методические указания по разработке и написанию эссе//<br>Комплект методических материалов по видам самостоятельной работы, утвержденный на каф. социальной психологии и социологии управления |
| 2 | Выполнение индивидуальных теоретических, аналитических заданий (подготовка сообщений, презентаций) | Методические указания по подготовке темы к семинару (доклада)<br>Методические указания по разработке и написанию эссе//<br>Комплект методических материалов по видам самостоятельной работы, утвержденный на каф. социальной психологии и социологии управления |
| 3 | Самообследование, самоанализ и проектирование элементов индивидуальных стратегий саморазвития      | Методические указания по подготовке темы к семинару (доклада)<br>Методические указания по разработке и написанию эссе//<br>Комплект методических материалов по видам самостоятельной работы, утвержденный на каф. социальной психологии и социологии управления |

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,

- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### 3. Образовательные технологии

При реализации различных видов учебной работы используются следующие активные и интерактивные образовательные технологии: дискуссия, работа в малых группах, отработка навыков эффективной коммуникации- имитационные игры, проектирование элементов стратегии саморазвития, самоанализ и критический анализ личностных и временных ресурсов.

| Семестр       | Вид занятия (Л, ПЗ, ЛР) | Используемые интерактивные образовательные технологии                                                              | Количество часов |
|---------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 5             | ПЗ                      | Отработка навыков эффективной коммуникации- имитационные игры.                                                     | 2                |
| 5             | ПЗ                      | Отработка навыков управления временем                                                                              | 2                |
| 5             | ПЗ                      | Оценка эффективности управления временем и личностными ресурсами                                                   | 2                |
| 5             | ПЗ                      | Траектории профессионального и личностного роста: участие в групповых дискуссиях                                   | 2                |
| 5             | ПЗ                      | Планирование карьеры: анализ и проектирование элементов стратегий карьерного развития                              | 2                |
| 5             | ПЗ                      | Психологическое преодоление трудных жизненных ситуаций, кризисов: ресурсы и ограничения, стратегии и саморегуляция |                  |
| <i>Итого:</i> |                         |                                                                                                                    | 12               |

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

### 4. Оценочные и методические материалы

#### 4.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Психология».

Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения **текущего контроля** в форме контрольных вопросов (тестовых заданий), доклада-презентации по проблемным вопросам, групповой дискуссии, ролевой игры, результатов самооценки и анализа ресурсов и **промежуточной аттестации** в форме *аналитической записки по результатам самооценки и анализа личностных ресурсов*.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

| № п/п | Контролируемые разделы дисциплины*        | Код контролируемой компетенции (или ее части)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Наименование оценочного средства                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                         |
|-------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Текущий контроль                                                                                                                                                                                                          | Промежуточная аттестация                                                                                                                                                |
| 1     | Введение в психологию                     | УК -6 (знать)<br><br>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере<br>ИУК 6.2 Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;                                                                                                                  | Вопросы для устного опроса 1-2                                                                                                                                                                                            | часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни |
| 2     | Психические процессы и состояния личности | УК -6 (знать, уметь)<br><br>знает основы психологии<br><br>ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;<br><br>знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах<br>ИУК 6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении | Вопросы для устного опроса 3-5;<br>Практическая работа 1:<br>Психодиагностика эмоционально-волевой и познавательной сферы – самооценка, анализ ресурсов, возможностей и траекторий профессионального и личностного роста. | часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни |

|   |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                |
|---|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                   | <p>поставленных целей и задач. умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач</p> <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                |
| 3 | <p>Психология личности, личность во взаимодействии и в группе</p> | <p>УК -6 (знать, уметь)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере,</p> <p>6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;</p> <p>знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапа</p> <p>6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач. умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития</p> <p>УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде: знает психологические основы социального взаимодействия (ИУК-3.1) умеет определять свою роль в команде (ИУК-3.2)</p> <p>владеет техниками</p> | <p>Вопросы для устного опроса 6-22; 34-36</p> <p>доклад;</p> <p>Практическая работа 2: Психодиагностика индивидуально-типологических черт личности – самооценка, анализ ресурсов, возможностей и траекторий профессионального и личностного роста, саморазвития на разных возрастных этапах.</p> <p>участие в имитационных и ролевых играх</p> | <p>часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> |

|   |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                         |
|---|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                                  | эффективной коммуникации и реализации своей роли в команде (ИУК-3.3)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                         |
| 4 | Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности                         | <p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере,</p> <p>6.2. Объясняет способы планирования и проектирования траектории профессионального и личностного роста;</p> <p>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;</p> <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и техниками постановки задач личностного и профессионального саморазвития, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>ИУК 6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами</p> | <p>Вопросы для устного опроса 23-28.</p> <p>Практическая работа 3: анализ и проектирование стратегии саморазвития, траекторий личностного и профессионального роста на основе принципа всевозрастного развития.</p> | часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни |
| 5 | Тайм-менеджмент и управление карьерой на основе образования в течение всей жизни | <p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает способы управления своим временем</p> <p>ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени;</p> <p>умеет применять психологические подходы к управлению своим временем,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Вопросы для устного опроса 29-31.</p> <p>Практическая работа 4: Оценка эффективности управления своим временем в повседневности и решении задач саморазвития</p>                                                 | часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни |

|   |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                         |
|---|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                      | <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем</p> <p>ИУК 6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                         |
| 6 | Психологические барьеры личностного и профессионального саморазвития | <p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере</p> <p>ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста</p> <p>знает основные подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах-</p> <p>ИУК 6.4 Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач;</p> <p>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и</p> | <p>Вопросы для устного опроса 32-33</p> <p>Практическая работа: самооценка барьеров личностного и профессионального развития. Особенности саморегуляции и совладания с трудностями.</p> | часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  | <p>техниками саморегуляции, постановки задач</p> <p>личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>ИУК 6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами;</p> |  |  |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

### Показатели, критерии и шкала оценки сформированных компетенций

| Код и наименование компетенций                                                                                                                          | Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания                                                                       |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                         | пороговый                                                                                                                                                                  | базовый                                                                                                                                                                               | продвинутый                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                         | Оценка                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                                         | зачтено                                                                                                                                                                    | зачтено                                                                                                                                                                               | зачтено                                                                                                                                                                                                            |
| <p>УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> | Знает - основы психологии, способы саморазвития в личностной сфере, способы управления своим временем;                                                                     | Знает - основы психологии, способы саморазвития в личностной сфере, принципы и способы управления своим временем основные подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах | Знает -основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере, принципы и способы управления своим временем основные подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах |
|                                                                                                                                                         | Умеет - применять психологические идеи к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать элементы траектории саморазвития на данном возрастном этапе | Умеет - применять психологические идеи решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на данном возрастном этапе       | Умеет - применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни     |
|                                                                                                                                                         | Владеет – отдельными приемами                                                                                                                                              | Владеет - приемами и техниками                                                                                                                                                        | Владеет - приемами и техниками саморегуляции, постановки задач                                                                                                                                                     |

|                                                                                           |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                           | саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем, выстраивания траектории саморазвития на данном этапе жизни | саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем, выстраивания траектории саморазвития на данном этапе жизни | личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни |
| УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде. | знает психологические основы социального взаимодействия                                                                                                             | знает психологию социального взаимодействия                                                                                                                         | знает психологию эффективного социального взаимодействия                                                                                                                        |
|                                                                                           | умеет принимать свою роль в команде                                                                                                                                 | умеет определять свою роль в команде                                                                                                                                | умеет определять свою роль в команде и организовывать ролевое взаимодействие                                                                                                    |
|                                                                                           | владеет техниками коммуникации и навыками ролевого взаимодействия в команде                                                                                         | владеет техниками эффективной коммуникации и навыками ролевого взаимодействия в команде                                                                             | владеет техниками эффективной коммуникации и реализации своей роли в команде                                                                                                    |

**Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

**Список контрольных вопросов (тем) для промежуточного контроля:**

| Раздел                  | Контрольные вопросы                                                                                                                                   | Содержание компетенции (знать, уметь, владеть)                                                               | Индикаторы компетенции                                                                                                    |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 Введение в психологию | 1. Психологические и непсихологические регуляторы профессионального и личностного развития.                                                           | УК -6 (знать) знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере | 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; |
|                         | 2. Методы психологического исследования и возможности психологии и образовательных технологий в обеспечении профессионального и личностного развития. |                                                                                                              |                                                                                                                           |
| 2 Психические           | 3. Структура психики,                                                                                                                                 | УК -6 (знать                                                                                                 | 6.2. Объясняет                                                                                                            |

|                      |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| процессы и состояния | понятие сознания, самосознания, самооценки в психологии.                                                                               | знает основы психологии,<br><br>знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах                                                                                  | способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;<br>6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.                                                                       |
|                      | 4. Самооценка как компонент самосознания: ее структура и проявления. Характеристика поведения личности в зависимости от ее самооценки. | УК -6 (знать)<br>знает основы психологии,                                                                                                                                          | 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;<br>6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.                                                        |
|                      | 5. Виды и уровни притязаний личности. Связь самооценки и уровня притязаний личности и их регуляторная функция.                         | УК -6 (знать, уметь)<br>знает основы психологии,<br><br>знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах<br><br>умеет применять психологические подходы к решению | 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;<br>6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.<br><br>6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению |

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                 |                                                                                                                                                                                                        | профессиональных задач                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 3<br>Психология личности, личность во взаимодействии и в группе | 6. Личность – ее становление, формирование и развитие (психологические закономерности). Личностные ресурсы – их оценка и развитие.                                                                     | УК -6 (знать, уметь) знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере,<br><br>знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах<br><br>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;<br>6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.<br><br>6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития |
|                                                                 | 7. Соотношение биологического и социального в человеке. Что и как возможно развивать? Представления о всевозрастном развитии личности                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                 | 8. Темперамент и его оценка (Гиппократ, Гален, И. Кант, И.П. Павлов, Б. М.Теплов, В. Д. Небылицын и др.)                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                 | 9. Психологическая характеристика 4-х типов темперамента.                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                 | 10. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности – возможности коррекции индивидуально-типологических особенностей личности.                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                 | 11. Характер как психическое свойства личности. Особенности характера и его связь с эффективностью личности (типология характеров Э. Кречмера; акцентуированные типы характеров по К. Леонгарду и др.) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                 | 12. Возможности развития способностей. Сензитивные периоды способностей.                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                 | 13. Общая характеристика способностей человека (определение, классификация и уровни).                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                 | 14. Направленность личности. Потребности и мотивы. Примеры типологии потребностей и                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                            |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                            | мотивов.                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 15. Воля как психический процесс и ее роль в профессиональной деятельности. Волевые качества личности. Процесс воспитания и развития воли. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 16. Эмоции и чувства как особая форма отражения человеком мира. Функции эмоций.                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 17. Общая характеристика познавательной сферы личности (когнитивных процессов).                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 18. Понятие внимания. Основные виды внимания. Управление вниманием.                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 19. Мнемотехнические приемы. Факторы, влияющие на продуктивность памяти.                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 20. Стресс: причины, следствия, совладание. Способы саморегуляции и совладания со стрессом.                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 21. Понятие интеллекта в психологии.                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 22. Мышление. Виды и процессы мышления.                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4 Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности | 23. Саморазвитие в контексте жизненного пути человека.                                                                                     | УК -6 (знать, уметь, владеть)<br>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере,<br><br>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;<br><br>владеет приемами и техниками постановки задач личностного и | 6.2. Объясняет способы планирования и проектирования траектории профессионального и личностного роста.<br><br>6.1. Оценивает личностные ресурсы в процессе реализации траектории саморазвития<br><br>6.3. Демонстрирует владение приемами и |
|                                                            | 24. Цели и мотивы личностного и профессионального самоопределения и саморазвития. Формы и средства саморазвития личности.                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 25. Возрастные и гендерные особенности саморазвития.                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 26. Психолого-педагогическое сопровождение саморазвития личности.                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 27. Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности: траектории, регуляторы, планирование.                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                            | 28. Возможности планирования и управления                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                                                                    |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                    | карьерой.                                                                                                               | профессионального саморазвития, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни                                                                           | техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами                                                                                                                                                                              |
| 5 Тайм-менеджмент и управление карьерой на основе образования в течение всей жизни | 29. Тайм-менеджмент, анализ и использование личностных ресурсов в управлении карьерой.                                  | УК -6 (знать, уметь, владеть) знает способы управления своим временем;                                                                                                                                           | 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                    | 30. Сущность и функции тайм-менеджмента.                                                                                |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                    | 31. Методы и технологии тайм-менеджмента.                                                                               | умеет применять психологические подходы к управлению своим временем,<br><br>владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем | 6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;<br><br>6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами |
| 6 Психологические барьеры личностного и профессионального саморазвития             | 32. Психологические барьеры личностного и профессионального саморазвития.                                               | УК -6 (знать, уметь, владеть) знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере;                                                                                    | 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста                                                                                                                            |
|                                                                                    | 33. Психологическое преодоление трудных жизненных ситуаций, кризисов: ресурсы и ограничения, стратегии и саморегуляция. | знает основные подходы к саморазвитию личности на разных возрастных <i>этапах</i> ;                                                                                                                              | 6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.                                                                                                                             |

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;</p> <p>владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> | <p>6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами;</p> |
| Личность во взаимодействии и в группе | <p>34. От каких факторов зависит эффективность коммуникации.</p> <p>35. Какие ролевые теории коммуникации в группе вы знаете, какую применяли на практике и почему.</p> <p>36. Опишите и обоснуйте личную стратегию самопрезентации и наиболее удобную для вас роль в команде.</p> | <p>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>3.1 знает психологические основы социального взаимодействия;</p> <p>3.2 умеет определять свою роль в команде;</p> <p>3.3 владеет техниками эффективной коммуникации и реализации своей роли в команде</p>                                                |

### Контрольные (практические) задания к разделам.

| №  | Наименование раздела (темы) | Наименование контрольной работы (практического задания) | Содержание и оцениваемые части компетенции |
|----|-----------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1  | 2                           | 3                                                       | 4                                          |
| 1. | Введение в психологию       | -                                                       | -                                          |

|    |                                  |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. | Психические процессы и состояния | Практическая работа 1:<br>Психодиагностика эмоционально-волевой и познавательной сферы – самооценка, анализ ресурсов, возможностей и траекторий профессионального и личностного роста.                                          | <p>знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах ИУК 6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.</p> <p>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач</p> <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития</p>                                                            |
| 3. | Психология личности              | Доклад                                                                                                                                                                                                                          | <p>УК -6 (знать, уметь)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере,</p> <p>6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста;</p>                                                                                                                                                                                                                      |
|    |                                  | Практическая работа 2:<br>Психодиагностика индивидуально-типологических черт личности – самооценка, анализ ресурсов, возможностей и траекторий профессионального и личностного роста, саморазвития на разных возрастных этапах. | <p>УК -6 (знать, уметь)</p> <p>знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах</p> <p>6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.</p> <p>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>6.1. Оценивает личностные</p> |

|    |                                                          |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                          |                                                                                                                                                                     | ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 4. | Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности | Практическая работа 3: анализ и проектирование стратегии саморазвития, траекторий личностного и профессионального роста на основе принципа всевозрастного развития. | <p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере,</p> <p>6.2. Объясняет способы планирования и проектирования траектории профессионального и личностного роста;</p> <p>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни;</p> <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и техниками постановки задач личностного и профессионального саморазвития, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>ИУК 6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами</p> |

|    |                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5. | Тайм-менеджмент и управление карьерой на основе образования в течение всей жизни | Практическая работа 4: Оценка эффективности управления своим временем в повседневности и решении задач саморазвития                        | <p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает способы управления своим временем</p> <p>ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени;</p> <p>умеет применять психологические подходы к управлению своим временем,</p> <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем</p> <p>ИУК 6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения</p> |
| 6. | Психологические барьеры и личностного профессионального саморазвития             | Практическая работа 5: самооценка барьеров личностного и профессионального развития. Особенности саморегуляции и совладания с трудностями. | <p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личностной, так и в профессиональной сфере</p> <p>ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста</p> <p>знает основные подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах-</p> <p>ИУК 6.4 Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач;</p>                                                                                                                      |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  | <p>умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>ИУК 6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем, выстраивания и реализации траектории саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p> <p>ИУК 6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами;</p> |
|--|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **Зачетно-экзаменационные материалы для промежуточной аттестации (зачет)**

Промежуточная аттестация – зачет.

Решение о зачете формируется на основании результатов текущего контроля и оценки итогового контрольного задания – эссе на тему: *«Мои способности управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования на данном этапе и в течение всей жизни»*.

Материалы для выполнения эссе собираются при чтении профессионально-научной литературы по курсу и ответах на контрольные вопросы, а также выполнении практических работ в течение семестра.

Эссе позволяет автору научиться четко и грамотно формулировать мысли, структурировать информацию, использовать основные понятия, выделять причинно-следственные связи, иллюстрировать опыт соответствующими примерами, аргументировать свои выводы.

### **Основные требования:**

1. Мысли автора эссе по проблеме должны быть изложены в форме кратких тезисов (Т).
2. Мысль должна быть подкреплена доказательствами - поэтому за тезисом следуют аргументы (А).

Аргументы - это факты, явления общественной жизни, события, жизненные ситуации и жизненный опыт, *результаты самооценки психологическими методами*, научные доказательства, ссылки на мнение ученых и др. Лучше приводить два аргумента в пользу каждого тезиса: один аргумент кажется неубедительным, три аргумента могут "перегрузить" изложение, выполненное в жанре, ориентированном на краткость и образность.

Для того чтобы иметь возможность в полной мере оценить необходимые компетенции и удобства восприятия рекомендуется следующая структура эссе:

- вступление
- тезис, аргументы (моя самооценка и личностные ресурсы, мои особенности коммуникации и позиционирования в группе)
- тезис, аргументы (возможные направления саморазвития, профессионального и личностного роста)
- тезис, аргументы (мои способности управления временем в повседневности и решении задач саморазвития и профессиональных задач, как планировать и что, как могу изменить, развивать)
- тезис, аргументы (барьеры моего развития, как умею преодолевать (как и насколько эффективно), чему еще нужно научиться)
- заключение (выводы относительно темы).

При написании эссе важно также учитывать следующие моменты:

1. Вступление и заключение должны фокусировать внимание на проблеме (во вступлении она ставится, в заключении - резюмируется мнение автора).
2. Аргументация может предшествовать формулировке проблемы. Формулировка проблемы может совпадать с окончательным выводом.
3. Необходимо выделение абзацев, красных строк, установление логической связи абзацев: так достигается целостность работы.
4. В содержании должны содержаться описательные (факты, примеры), рефлексивные (размышления), критические (оценка фактов) и аналитические моменты (возможность применения в своей жизни).

При оценке эссе ориентируются на соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения. В результате принимается решение о зачете или незачете.

#### **4.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

##### ***Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания на зачете:***

Для получения зачета необходимо: посетить не менее 80% практических занятий, выполнить 5 практических работ в течение семестра и итоговое зачетное задание.

**Зачетное задание** - эссе на тему: «Мои способности управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования на данном этапе и в течение всей жизни».

Критерии оценки:

1. Наличие в содержании эссе информации, размышления, критических оценок, аналитических обобщений относительно следующих подтем:

моя самооценка и личностные ресурсы; возможные направления саморазвития, профессионального и личностного роста; мои способности управления временем в повседневности и решении задач саморазвития и профессиональных задач - как планировать и что, как могу изменить, развивать; барьеры моего развития, как умею преодолевать (как и насколько эффективно), чему еще нужно научиться.

2. Наличие в тексте указаний на методы анализа личностных ресурсов, способы управления временем и способность пояснить использованные процедуры самооценки личностных ресурсов и инструментов саморазвития.

До момента зачетного занятия проводится проверка посещаемости и оценка практических (контрольных работ).

Итоговое зачетное задание выполняется письменно, представляется на зачете в виде устного выступления. Оценивается содержание эссе и выставляется зачет в зачетную книжку студента.

***Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания контрольных (практических работ) работ:***

Контрольные практические работы оцениваются по следующим критериям:

1. Содержание работы соответствует поставленной преподавателем цели (части, индикатору компетенции).

2. Работа включает в себя описание результатов самооценки и анализ типовых интерпретаций с точки зрения использования в процессе саморазвития и решения профессиональных и личностных задач в данный момент жизни и в перспективе.

В течение семестра необходимо выполнить 5 практических работ:

| № раздела | Наименование контрольной работы (практического задания)                                                                                                                                                                      | Цель                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Оценочная шкала |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1         | 2                                                                                                                                                                                                                            | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 4               |
| 1.        | -                                                                                                                                                                                                                            | --                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | -               |
| 2.        | Практическая работа 1: Психодиагностика эмоционально-волевой и познавательной сферы – самооценка, анализ ресурсов, возможностей и траекторий профессионального и личностного роста.                                          | Оценить личностные ресурсы в процессе реализации траектории саморазвития и критически оценить эффективность их использования при решении поставленных целей и задач                                                                                                                                  | незачет/зачет   |
| 3.        | Практическая работа 2: Психодиагностика индивидуально-типологических черт личности – самооценка, анализ ресурсов, возможностей и траекторий профессионального и личностного роста, саморазвития на разных возрастных этапах. | Узнать особенности развития личности на разных этапах жизни, принципы саморазвития и всевозрастного развития и оценить ресурсы для достижения целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития, проанализировать критерии эффективности личности на разных этапах жизни | незачет/зачет   |

|    |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                |               |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 4. | Практическая работа 3: анализ и проектирование стратегии саморазвития, траекторий личностного и профессионального роста на основе принципа всевозрастного развития. | Анализ и постановка целей и задач личностного и профессионального роста; проработка элементов стратегии развития; овладение приемами и техниками управления собственными ресурсами                                                                                             | незачет/зачет |
| 5. | Практическая работа 4: Оценка эффективности управления своим временем в повседневности и решении задач саморазвития                                                 | Проанализировать сильные и слабые стороны в управлении временем при решении жизненных задач, применить техники увеличения эффективности использования времени и других ресурсов и оценить их эффективность.                                                                    | незачет/зачет |
| 6. | Практическая работа 5: самооценка барьеров личностного и профессионального развития. Особенности саморегуляции и совладания с трудностями.                          | Оценить личные барьеры развития и предпочитаемые способы совладания, критически оценить эффективность использования времени при решении доминирующей задачи на данном отрезке жизни, выбрать и продемонстрировать технику саморегуляции/управления временем, обосновать выбор. | незачет/зачет |

***Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания опроса внеаудиторного индивидуального чтения профессионально-ориентированной литературы:***

К каждой теме раздела и к курсу в целом рекомендуется основная и дополнительная литература, а также иные источники информации. Прочитав рекомендуемую литературу, студенту необходимо ответить на контрольные вопросы. Список контрольных вопросов представлен в разделе типовых заданий для текущего контроля и вопросов к семинарско-практическим занятиям.

Опросная процедура проводится на каждом семинарско-практическом занятии в процессе изучения темы. Оценка может складываться из следующих форм участия: индивидуальный полный правильный ответ – 1 балл; частичный ответ на вопрос – 0,5 балла; дополнение чужого ответа 0,5 балла, задаваемый дополнительный вопрос – 0,5 балла.

Всего в списке контрольных вопросов 36. Максимальная сумма баллов - 36. Минимально допустимая 80% - 28 баллов.

**Критерии оценки:** полнота ответа, использование научных психологических знаний, структурированность, наличие примеров (конкретики), анализ используемых источников и фактов.

В середине семестра (в период внутрисеместровой аттестации) и в конце семестра проводится анализ полученных баллов и студент имеет возможность дополнительно ответить на вопросы (из пропущенных тем).

Накопленные баллы учитываются в общей системе критериев оценки для промежуточной аттестации.

## **5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### **5.1 Основная литература:**

1. Маклаков, А. Г. Общая психология: учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А. Г. Маклаков. – СПб. [и др.] : Питер, 2013. – 582 с. : ил. – (Учебник для вузов).
2. Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2018. – 320 с. – <https://biblio-online.ru/book/59B4645D-07A3-40E7-A05E-F074CE92B797/psihologiya-samorazvitiya>.
3. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том 1. Введение в психологию : учебник и практикум для академического бакалавриата / Р. С. Немов. — 6-е изд. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 726 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/9C24D445-F1CF-47D0-8E1C-D8E8D6754C69/obschaya-psihologiya-v-3-t-tom-i-vvedenie-v-psihologiyu#page>

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Лань» и «Юрайт».

### **5.2 Дополнительная литература:**

1. Арон, И. С. Психология развития профессионала : учебное пособие / И. С. Арон. – Йошкар-Ола : ПГТУ, 2017. – 164 с. – <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=476163>.
2. Архангельский, Глеб Алексеевич. Организация времени: от личной эффективности к развитию фирмы / Г. А. Архангельский. – 2-е изд. – СПб. [и др.] : Питер, 2006. – 442 с. : ил. – Библиогр. в конце частей. – ISBN 5469006433 : 202 р. 30 к. (5 шт)
3. Диянова, З. В. Психология личности. Закономерности и механизмы развития личности : учеб. пособие для бакалавриата и магистратуры / З. В. Диянова, Т. М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2018. – 173 с. – <https://biblio-online.ru/book/psihologiya-lichnosti-zakonomernosti-i-mehanizmy-razvitiya-lichnosti-424387>.
4. Коноваленко, Марина Юрьевна. Моделирование деловой карьеры / М. Ю. Коноваленко. – М. : Дашков и К°, 2012. – 175 с. – Библиогр.: с. 175. – ISBN 9785394015144 : 123.83.
5. Психология управления персоналом : учебник для академического бакалавриата / Е. И. Рогов [и др.] ; под общей редакцией Е. И. Рогова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03827-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/432963> (дата обращения: 14.10.2019).
6. Хьелл, Ларри А. Теории личности : основные положения, исследования и применение : учебное пособие для студентов вузов / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – 3-е изд. – СПб. [и др.] : Питер, 2010. – 606 с. : ил. – (Мастера психологии).
7. Слободчиков, В. И. Психология человека: введение в психологию субъективности : учебное пособие для вузов / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Школа-Пресс, 1995. – 383 с.
8. Смольникова, Л.В. Психология в профессиональной деятельности / Л.В. Смольникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования Томский государственный университет систем

управления и радиоэлектроники (ТУСУР). – Томск : ТУСУР, 2016. – 203 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=480965>

9. Ильин, Е. П. Психология воли: [учебное пособие] /Е. П. Ильин. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб. [и др.] : Питер, 2011. - 364 с. - (Мастера психологии).

### **5.3. Периодические издания:**

1. Национальный психологический журнал
2. Вопросы психологии
3. Мир психологии

## **6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

По курсу предусмотрено проведение лекционных занятий, на которых дается основной систематизированный материал. На практических занятиях проводится обсуждение теоретических подходов и способов работы с людьми, при этом используются методы активного обучения в группах, проводится анализ эффектов групповой работы и процессов групповой динамики, развиваются способности самоанализа и понимания психических особенностей других участников группы.

Важнейшим этапом курса является самостоятельная работа по дисциплине.

Самостоятельная работа заключается:

- в самостоятельной подготовке студента к лекции – чтение конспекта предыдущей лекции. Это помогает лучше понять материал новой лекции, опираясь на предшествующие знания;
- в подготовке к практическим занятиям по основным и дополнительным источникам литературы;
- в выполнении домашних заданий;
- в самостоятельном изучении отдельных тем или вопросов по учебникам или учебным пособиям;
- в выполнении контрольных мероприятий по дисциплине;

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

## **7. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

### **7.1 Перечень информационно-коммуникационных технологий**

Использование поисковых запросов и возможностей интернет в работе с источниками научной и учебной литературы.

### **7.2 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения**

Microsoft Windows 8, 10

Microsoft Office Professional Plus,

Комплект антивирусного программного обеспечения;

### 7.3 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

Электронная библиотечная система КубГУ <http://www.kubsu.ru/node/>

Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru/>)

Базы данных компании «Ист Вью»: (психологический журнал, вестник МГУ) <http://dlib.eastview.com>

Институт практической психологии [Официальный сайт] — URL: <http://www.imaton.ru>

ЭБС Консультант студента [Официальный сайт] — URL: <http://www.studentlibrary.ru/>

## 8. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)

| №  | Вид работ                                  | Наименование учебной аудитории, ее оснащенность оборудованием и техническими средствами обучения                                                                                                                                           |
|----|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Лекционные занятия                         | Аудитория для проведения занятий лекционного типа, ул. Ставропольская 149, оснащенная мобильной презентационной техникой (проектор, компьютер) и соответствующим программным обеспечением (ПО), комплектом учебной мебели; доской учебной. |
| 2. | Семинарские занятия                        | Аудитория для проведения занятий семинарского типа: ул. Ставропольская 149; аудитория, оснащенная комплектом учебной мебели; доской учебной; мобильной презентационной техникой (проектор, компьютер).                                     |
| 3. | Групповые (индивидуальные) консультации    | Аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций (ул. Ставропольская 149); оснащенная мебелью и рабочими станциями с доступом в Интернет                                                                                   |
| 4. | Текущий контроль, промежуточная аттестация | Аудитория текущего контроля и промежуточной аттестации (ул. Ставропольская 149), оснащенная презентационной техникой и соответствующим программным обеспечением                                                                            |
| 5. | Самостоятельная работа                     | Кабинет для самостоятельной работы, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», программой экранного увеличения и обеспеченный доступом в электронную информационно-образовательную среду университета. |