

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.

« 29 » мая 2020г.

## 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 2020

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



Рабочая программа дисциплины Б1.О.21 «Психология» утверждена на заседании кафедры социальной психологии и социологии управления протокол № 12 «21» мая 2020 г.

Заведующий кафедрой (разработчика) Дёмин А.Н.



Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры (выпускающей) информационных технологий

Протокол №18, 06 мая 2020

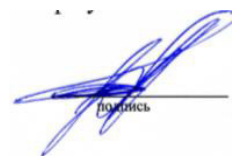
Заведующий кафедрой (выпускающей) Гаркуша О.В.



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

Протокол №2 от 22 мая 2020

Председатель УМК факультета Коваленко А.В.



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>72</b>	<b>72</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
<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>		65	16	34		15
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. 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. Эффективные коммуникации личности и группы. 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) Методические указания по разработке и написанию эссе// 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) Методические указания по разработке и написанию эссе// 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) Методические указания по разработке и написанию эссе// 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)  знает основы психологии, способы саморазвития как в личной, так и в профессиональной сфере ИУК 6.2 Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личного 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)  знает основы психологии  ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личного роста;  знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах ИУК 6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении	Вопросы для устного опроса 3-5; Практическая работа 1: Психодиагностика эмоционально-волевой и познавательной сферы – самооценка, анализ ресурсов, возможностей и траекторий профессионального и личного 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 личной, 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</p> <p>(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>

		<p>эффективной коммуникации и реализации своей роли в команде (ИУК-3.3)</p>		
4	<p>Профессиональное самоопределение и саморазвитие личности</p>	<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>	<p>часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>
5	<p>Тайм-менеджмент и управление карьерой на основе образования в течение всей жизни</p>	<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>	<p>часть в итоговом эссе о своих способностях управлять временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>

		<p>ИУК 6.1. Оценивает личные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личного 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 личного и профессионального саморазвития	<p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личной, так и в профессиональной сфере</p> <p>ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личного 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 личные 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 личного 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
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	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

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



		профессиональных задач	целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития
3 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 личной, так и в профессиональной сфере,	6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; 6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.  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	знает подходы к саморазвитию личности на разных возрастных этапах	
	8. Темперамент и его оценка (Гиппократ, Гален, И. Кант, И.П. Павлов, Б. М.Теплов, В. Д. Небылицын и др.)	умеет применять психологические подходы к решению профессиональных задач, управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	
	9. Психологическая характеристика 4-х типов темперамента.		
	10. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности – возможности коррекции индивидуально-типологических особенностей личности.		
	11. Характер как психическое свойство 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		

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

	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;  умеет применять психологические подходы к управлению своим временем,  владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личностного и профессионального саморазвития, управления своим временем	6.2. Объясняет способы планирования свободного времени  6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;  6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами
	30. Сущность и функции тайм-менеджмента.		
	31. Методы и технологии тайм-менеджмента.		
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;  знает основные подходы к саморазвитию личности на разных возрастных <i>этапах</i> ;	6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста  6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.
	33. Психологическое преодоление трудных жизненных ситуаций, кризисов: ресурсы и ограничения, стратегии и саморегуляция.		

		<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>	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	<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: 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: 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 личные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития;</p> <p>владеет приемами и техниками саморегуляции, постановки задач личного и профессионального саморазвития, управления своим временем</p> <p>ИУК 6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения</p>
6.	Психологические барьеры и профессионального саморазвития	Практическая работа 5: самооценка барьеров личного и профессионального развития. Особенности саморегуляции и совладания с трудностями.	<p>УК -6 (знать, уметь, владеть)</p> <p>знает основы психологии, способы саморазвития как в личной, так и в профессиональной сфере</p> <p>ИУК 6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личного 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 планируемыми результатами 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.