


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Факультет управления и психологии

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по учебной работе,  
качество образования – первый  
проректор  
Ашуров Т.А.  
« 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

Б1.О.02.02 Технологии личностного роста

Направление подготовки/специальность 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) / специализация Психология развития

Форма обучения заочная

Квалификация магистр

Краснодар 2023

Рабочая программа дисциплины Б1.О.02.02 «Технологии личностного роста» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.04.02 «Психология развития»

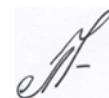
Программу составил(и):

О.Ю. Солопанова - доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры социальной работы, психологии и педагогики высшего образования



Рабочая программа дисциплины Б1.О.02.02 «Технологии личностного роста» Солопановой О.Ю. утверждена на заседании кафедры протокол № 14 «11» 04 2023 г.

Заведующий кафедрой (разработчика) Чепелева Л.М.



Утверждена на заседании учебно-методической комиссии факультета протокол № 4 «17» 04 2023 г.

Председатель УМК факультета Шлюбуль Е.Ю.



Рецензенты:

Целковников Б.М.-доктор педагогических наук, профессор кафедры дошкольной педагогики и психологии ФППК КубГУ

## 1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

**1.1 Цель освоения дисциплины** - формирование практических навыков самоуправления, необходимых для осознанной реализации профессиональной роли, саморазвития способностей, необходимых в инновационной системе образования.

### 1.2 Задачи дисциплины:

-накопление информационной базы о возможностях личностного роста как ресурса решения профессиональных задач;

-знакомство с техниками саморазвития, самоизменения, профессионального и карьерного роста;

-формирование навыков анализа и рефлексии индивидуального потенциала и его повышения.

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

Дисциплина «Технологии личностного роста» является дисциплиной к обязательной части Блока 1 учебного плана по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (квалификация (степень) «магистр»).

Дисциплина имеет межпредметные связи с такими дисциплинами как: «Лидерство и командообразование», «Психодиагностика в образовании», «Основы педагогического мастерства».

**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 профессиональных компетенций:

| Код и наименование индикатора* достижения компетенции   | Результаты обучения по дисциплине<br>(знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности))   |
|---|---|
| УК 6-Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки<br>ОПК 6- Способен проектировать и использовать эффективные психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями  |   |
| ИУК-6.1- Определяет стимулы, мотивы и приоритеты собственной профессиональной деятельности и цели карьерного роста<br><br>УК-6.2-Реализует и корректирует стратегию личностного и профессионального развития на основе самооценки<br>ОПК-6.1- Ориентируется в перечне и основных положениях нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития | <b>Знает</b> - специфику процессов саморазвития личности, механизмы саморазвития человека и основные методы диагностики саморазвития личности;<br>-особенности управления личностными ресурсами с целью постоянного саморазвития;<br>- вопросы управления тайм менеджмента;<br>-возможности личностного роста как ресурса решения профессиональных задач;<br>-конкретные приемы саморазвития, эффективной организации профессионального и карьерного роста;<br>-знает базовый нормативно-правовой пакет документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование. |

| Код и наименование индикатора* достижения компетенции  | Результаты обучения по дисциплине<br>(знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности))   |
|--|---|
| <p>обучающихся с особыми образовательными потребностями; функциональные обязанности в рамках своей профессиональной деятельности; осуществляет взаимосвязь своей профессии с другими смежными профессиями; возможные перспективы своей профессиональной карьеры.</p> <p>ОПК-6.2- Проектирует специальные условия при инклюзивном образовании обучающихся с особыми образовательными потребностями; анализирует и осуществляет отбор информационных технологий, используемых в образовательном процессе; организывает деятельность обучающихся с ОВЗ по овладению адаптированной образовательной программой; проводит оценочные процедуры, отвечающие особым образовательным потребностям обучающихся с ОВЗ; способен организовать совместную деятельность обучающихся с ОВЗ с нормально развивающимися сверстниками при инклюзивном образовании.</p> <p>ОПК-6.3- Разрабатывает программные материалы педагога (рабочие программы учебных дисциплин и др.), учитывающие разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; проводит уроки (занятия) в инклюзивных группах (классах); проводит оценочные мероприятия (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах).</p> | <p><b>Умеет</b> - анализировать процессы саморазвития; -анализировать роль самого человека в процессах саморазвития; -использовать методы диагностики для анализа проявлений саморазвития; -выстраивать траекторию саморазвития; -использовать личностные ресурсы; -выявлять барьеры саморазвития, и находить методы их преодоления; -использовать свои способности в реализации задач инновационной образовательной политики.</p> <p><b>Владеет</b> - навыками рефлексии и самоанализа; -навыками поиска, систематизации, анализа и отбора информации, необходимой для осуществления профессиональной деятельности; - стратегией управления тайм менеджмента; -способами реализации личностных достижений; техниками саморазвития, самоизменения, профессионального и карьерного роста; навыками организации деятельности обучающихся с ОВЗ.</p> |

## 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 ЗФО).

| Вид учебной работы | Всего | 6 курс Семестры |
|--------------------|-------|-----------------|
|--------------------|-------|-----------------|

|  | часов                                | (часы)      |   |  |  |
|--|--------------------------------------|-------------|---|--|--|
|  |                                      | 1           | 2 |  |  |
| <b>Контактная работа, в том числе:</b>                                       | <b>72</b>                            |             |   |  |  |
| <b>Аудиторные занятия (всего):</b>   | <b>10,2</b>                          |             |   |  |  |
| Занятия лекционного типа   | 2                                    |             |   |  |  |
| Лабораторные занятия   | -                                    |             |   |  |  |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)                   | 8                                    |             |   |  |  |
|  |                                      |             |   |  |  |
| <b>Иная контактная работа:</b>   |                                      |             |   |  |  |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)  | -                                    |             |   |  |  |
| Промежуточная аттестация (ИКР)   | 0,2                                  |             |   |  |  |
| <b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>                                  | <b>58</b>                            |             |   |  |  |
| <i>Курсовая работа</i>   | -                                    |             |   |  |  |
| <i>Проработка учебного (теоретического) материала</i>                        | 18                                   |             |   |  |  |
| <i>Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)</i> | 20                                   |             |   |  |  |
| <i>Реферат</i>   | 18                                   |             |   |  |  |
|  |                                      |             |   |  |  |
| Подготовка к текущему контролю   | 2                                    |             |   |  |  |
| <b>Контроль:</b>   | <b>3,8</b>                           |             |   |  |  |
| Подготовка к экзамену  |                                      |             |   |  |  |
| <b>Общая трудоемкость</b>  | <b>час.</b>                          | <b>72</b>   |   |  |  |
|  | <b>в том числе контактная работа</b> | <b>10,2</b> |   |  |  |

## 2.2 Структура дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.  
Разделы (темы) дисциплины, изучаемые на 1 курсе 1,2 семестре (ЗФО)

| Наименование разделов                                       | Количество часов |                   |    |    |                      |
|---|------------------|-------------------|----|----|----------------------|
|   | Всего            | Аудиторная работа |    |    | Внеаудиторная работа |
|   |                  | Л                 | ПЗ | ЛР |                      |
| 2   | 3                | 4                 | 5  | 6  | 7                    |
| Ориентировка в понятиях «личность», «личностный рост».      |                  | 1                 | -  |    | 6                    |
| Работа с психологическими барьерами личностного роста       |                  | 1                 | 2  |    | 8                    |
| Ответственность – условие эффективного личностного роста    |                  | -                 | 1  |    | 6                    |
| Развитие внутренней мотивации участников.                   |                  | -                 | 1  |    | 6                    |
| Рефрейминг  |                  | -                 | 1  |    | 6                    |
| Развитие креативного мышления участников                    |                  | -                 | 1  |    | 6                    |
| Разработка формулы личности                                 |                  | -                 | 1  |    | 6                    |
| Модели планирования как инструменты творческой деятельности |                  | -                 | 1  |    | 8                    |
| Подведение итогов работы над личностным саморазвитием       |                  |                   |    |    | 6                    |
| Контроль  | 3,8              | 2                 | 8  |    | 58                   |

|                                       |     |   |   |  |    |
|---------------------------------------|-----|---|---|--|----|
| Контроль самостоятельной работы (КСР) |     |   |   |  |    |
| Промежуточная аттестация (ИКР)        | 0,2 |   |   |  |    |
| Подготовка к текущему контролю        |     |   |   |  |    |
| Общая трудоемкость по дисциплине      | 72  | 2 | 8 |  | 58 |

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 | Предметное содержание технологии тренингов. Понятия «личность», «личностный рост».     | История и теоретические основы технологии тренингов. Зарождение групповых форм психологической работы. Социально-психологические аспекты групповых методов. Концепции, заложившие основы современных форм активного социально-психологического обучения. Современные групповые методы и развитие самосознания. Психологическая триада: игра – обучение-коррекция (терапия). Методологические, этические и терапевтические принципы использования психотехник АСПО. Знакомство и определение правил поведения в группе тренинга. Ориентация в понятиях «личность», «личностный рост». Определение целей и критериев личностного роста. Дискуссия по проблеме постановки целей личностного роста. Корректировка целей участников по системе «SMARTER». | Конспект, реферат, словарь         |
| 2 | Характеристика методов тренинга. Работа с психологическими барьерами личностного роста | Дискуссионные методы: Дискуссия как универсальный метод обучения. Виды дискуссионных методов: по уровню организации и по содержанию. Структурированные и неструктурированные дискуссии. Тематические дискуссии. Биографические, ориентированные на прошлый опыт дискуссии. Интеракционные дискуссии. Метод «общественной дискуссии». Технология «мозгового штурма». «Метод голосования», методика «за - против». Методика «конструктивный конфликт». Методика «анализ ситуаций морального выбора». Дискуссия в рамках «фокус-группы» и другие методики данной группы АСПО. Игровые методы. Теоретические принципы психологии игры. Ситуационно-ролевые игры. Дидактические игры. Творческие игры. Организационно-деятельностные игры.                | Обсуждение вопросов темы, реферат, |

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
|   |  | <p>Деловые игры. Имитационные игры. Инструментальное обучение. Принципы операциональных игровых методов. Принципы ролевых игр. Игровая психотерапия. Психодраматическая коррекция. Трансактный метод осознания и коррекции коммуникативного поведения.</p> <p>Обсуждение работы В. Левкина «Семь трагических ошибок самоменеджмента». Развитие умение самоанализа и преодоления психологических барьеров. Тест «Ассертивность». Дискуссия по результатам тестирования. Анализ результатов тестирования с помощью теста «Знаешь ли ты себя?». Дискуссия по проблеме самопознания.</p>  |   |
| 3 | Тренинг как условие эффективного личностного роста   | <p>Изучение и коррекция поведения в окружающем контексте. Коррекционные группы личностного роста. Тренинг сензитивности (тренировка самопонимания, межличностной чувствительности и эмпатии). Тренинги умений (поведенческое научение): коммуникативные умения, уверенности в себе, умение принимать решения, управление тревогой, планирование будущего, умение решать конкретные проблемы и разрешать конфликтные ситуации, развитие фрустрационной толерантности. Тренинг коммуникативной компетентности: ролевые игры, изучение темы (умение слушать, реагировать на критику), разрешение конфликтов. Коммуникация чувств, активное слушание, конфронтация как слагаемые коммуникативной компетентности. Методы телесной терапии в группе. Медитативные техники</p> | Обсуждение вопросов темы, реферат             |
| 4 | Теоретические подходы к психологическому тренингу. Развитие внутренней мотивации участников. | <p>Виды тренингов в зависимости от целей работы. Специфика психологической группы как метода. Соотношение понятий «групповая психотерапия», «групповая психокоррекция» и «групповой тренинг». Тренинг-группы (Тгруппы). Перцептивно ориентированный тренинг как главная форма социально-психологического тренинга. Группы обучения как альтернатива Т-группам. Группы встреч (Егруппы). «Энкаунтер-группы». «Эзлен эклектик» У. Шутца. Группы личностного роста. Синанон. Марафон или «сконцентрированная во времени» группа. Энкаунтер - тайпс.</p> <p>2. Особенности групповой динамики Понятие групповой динамики. Учет и использование</p>  | Конспект, словарь, реферат, письменная работа |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | <p>динамики в различных формах АСПО. Варианты начала групповой работы. Выбор ведущим меры активности. Цели группы. Нормы группы. Структура группы и проблема лидерства. Сплоченность группы. Аспекты личности, релевантные групповому развитию. Фазы развития группы. Кризис в развитии тренинговой группы. Создание подгрупп. Отношения индивидуума с группой. Группы со спонтанной динамикой. Стадии развития групп со спонтанной динамикой. Группы с управляемой динамикой. Стадии развития групп с управляемой динамикой. Особые ситуации, связанные с динамикой развития группового процесса. «Динамические» ошибки начинающих ведущих психологической группы.</p> <p>3. Особенности работы ведущего СПТ. Требования к личности группового фасилитатора. Использование личностных особенностей. Викарные эмоции, толерантность, конгруэнтность ведущего. Подготовка ведущего СПТ. Основные роли ведущего группы. Стили руководства группой. Подходы И. Ялома и С. Кратохвила. Позиция Т. Высокинська-Гонсер. Ведущий как идеальный член группы. Ведущий как модель для обучения. Навыки компетентного интервенциониста. Эвокативный и провокативный способы воздействия. Маргинальность, автономность и аффиляция. Психологическая компетентность ведущего и принцип «Не навреди!». Языковая компетентность ведущего. Ответственность ведущего психологической группы. Этические проблемы в тренинге.</p> <p>4. Теоретические основания различных стилей тренинговой работы. Критерии классификации тренинговых групп. Цели тренинговой работы. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп. Перцептивно-ориентированный тренинг. Роджерсианский тренинг. Психосинтез в тренинге. Тренинг «Выбор, поступок, ответственность». Гештальт - подход. Группаналитический подход. Трансактный анализ. Психодраматический подход. Телесноориентированный подход. Методы групповой работы в НЛП.</p> |  |
|--|--|--|--|



|   |   |   |                                    |
|---|---|---|------------------------------------|
|   |   | 5. Применение тренингов в различных сферах жизни общества. СПТ в политике, бизнесе, образовании и медицине. Психологический тренинг навыков консультирования. Психологический тренинг развития профессионального самосознания педагога. Тренинг в организации: основные подходы, виды анализа, цели. Программа тренинга: выбор, проектирование, проведение. Оценка эффективности и аудит тренинга. Тренинг уверенности в себе. Тренинг разрешения конфликтов. Тренинг аутентичности. Применение СПТ при подготовке руководителей. Методы СПТ в коррекционно-развивающей работе с дошкольниками и младшими школьниками. Психологический тренинг с подростками. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Использование методов СПТ при работе с супружескими парами и в предбрачном консультировании. Тренинг свободы и открытости. Использование СПТ в изучении гуманитарных дисциплин. |                                    |
| 5 | Практическая отработка тренинга<br>Рефрейминг               | Освоение методики рефрейминга, позволяющего отказаться от негативного прошлого опыта и увидеть предмет исследования по-новому, в многообразии признаков. Стратегии преодоления внутренних барьеров, страха и неуверенности перед другими людьми.  | Обсуждение вопросов темы, реферат, |
| 6 | Развитие креативного мышления участников                    | Понятия «мышление», «креативное мышление», «конвергентное мышление», «дивергентное мышление», теоретическое мышление, эмпирическое мышление и др. Освоение метода «Шесть шляп Э. де Боно», как инструмента для преодоления явлений неадекватности, эмоциональности в процессе решения проблем.  | Обсуждение вопросов темы, реферат  |
| 7 | Разработка формулы личности                                 | Понятие и приемы разработки формулы личности. Постановка творческой задачи. Переход от обычной формы мышления к необычной. Ассоциативное мышление и соединение противоположных идей из разных областей опыта.   | Конспект, словарь                  |
| 8 | Модели планирования как инструменты творческой деятельности | Овладение моделями анализа и планирования и управления творческой деятельностью. SWOT – анализ для решения проблем и управления эффективностью. Модель SPIN как техника планирования и анализа проблем менеджмента.   | Обсуждение вопросов темы, реферат, |
| 9 | Подведение итогов работы над личностным                     | Определение степени продвижения в направлении самопознания и саморазвития. Личностная динамика в отражении (групповой   | Обсуждение вопросов темы,          |

|  |               |   |         |
|--|---------------|---|---------|
|  | саморазвитием | рефлексии) участников тренинга. Пути и средства дальнейшего развития. Коллективная экспертиза целей и стратегии саморазвития участников тренинга. | реферат |
|--|---------------|---|---------|

### 2.3.2 Занятия семинарского типа

| №  | Наименование раздела (темы)   | Тематика практических занятий (семинаров)   | Форма текущего контроля              |
|----|---|---|--------------------------------------|
| 1  | 2   | 3   | 4                                    |
| 1. | Предметное содержание технологии тренингов. Понятия «личность», «личностный рост».          | Навык проактивности. Анализ собственной речи и речи окружающих. Поиск проактивных способов реагирования. Применение навыка проактивности к решению профессиональных проблем.  | Реферат, презентация                 |
| 2. | Характеристика методов тренинга. Работа с психологическими барьерами личностного роста      | Навык подчинения действий собственным целям. Работа над составлением своих Положений Личной Миссии. Применение навыка к осуществлению ближайших серьезных дел.  | Реферат<br>Тестовое задание          |
| 3. | Тренинг как условие эффективного личностного роста  | Навык самоорганизации и действия на основе приоритетов. Матрица управления временем. Оценка времени, затрачиваемого на дела разной степени важности и срочности. Делегирование как способ управления свои временем. Понедельное планирование. | Реферат<br>Терминологический диктант |
| 4. | Теоретические подходы к психологическому тренингу. Развитие внутренней мотивации участников | Навыки эффективного взаимодействия. Анализ своей парадигмы взаимодействия с людьми и оценка ее эффективности. План корректировки препятствий.   | Терминологический диктант, словарь   |
| 5. | Практическая отработка тренинга Рефрейминг  | Навык эффективного понимания на основе эмпатии. Отработка навыков эмпатического слушания.   | Реферат, презентация                 |
| 6. | Развитие креативного мышления участников  | Навык синергетической коммуникации. Анализ условий, необходимых для эффективного взаимодействия   | Реферат<br>Тестовое задание          |
| 7. | Разработка формулы личности   | Навык самообновления. Составление списка действий, помогающих поддерживать хорошую физическую форму, эмоциональное состояние и интеллектуальное развитие.   | Реферат<br>Терминологический диктант |
| 8. | Модели  | Участие в обсуждении заданий  | Терминологический                    |

|    |   |  |                           |
|----|---|--|---------------------------|
|    | планирования как инструменты творческой деятельности  |  | диктант, словарь          |
| 9. | Подведение итогов работы над личностным саморазвитием | Подведение итогов работы над профессиональным саморазвитием. | Терминологический диктант |

### 2.3.3 Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Не предусмотрена

### 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 учебного (теоретического) материала | Методические указания для обучающихся по освоению дисциплин кафедры социальной работы, ППВО, в том числе по составлению конспектов по темам, утвержденные кафедрой социальной работы, ППВО, протокол № 16 от 03.05.2017 г.  |
| 2 | Подготовка сообщений, презентаций              | Методические рекомендации по подготовке устных сообщений и презентаций, утвержденные кафедрой социальной работы, ППВО, протокол № 16 от 03.05.2017 г.   |
| 3 | Выполнение реферата                            | Методические рекомендации по написанию рефератов, утвержденные кафедрой социальной работы, ППВО, протокол № 16 от 03.05.2017 г.   |
| 4 | Выполнение эссе                                | Методические рекомендации по написанию эссе, утвержденные кафедрой социальной работы, ППВО, протокол № 16 от 03.05.2017 г.  |
| 5 | Подготовка к текущему контролю                 | Методические указания для обучающихся по освоению дисциплин кафедры социальной работы, ППВО, в том числе по организации самостоятельной работы студентов по подготовки к текущему контролю, утвержденные кафедрой социальной работы, ППВО, протокол № 16 от 03.05.2017 г. |
| 6 | Подготовка к итоговому контролю                | Методические указания для обучающихся по освоению дисциплин кафедры социальной работы, ППВО, в том числе по организации подготовки к итоговому контролю студентов, утвержденные кафедрой социальной работы, ППВО, протокол № 16 от 03.05.2017 г.                          |

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, применяемые при освоении дисциплины (модуля)**

Традиционные образовательные технологии: практические занятия и семинары.

Технологии проблемного обучения: лекция-дискуссия, лекция-провокация, проблемная лекция; семинар-дискуссия, семинар – мозговой штурм, ролевые игры.

На лекциях излагаются основные теоретические положения и концепции курса, дающие студентам информацию, соответствующую программе.

Задача семинарских занятий – развитие у студентов навыков по применению теоретических положений к решению практических проблем. С этой целью разработаны задания для выполнения на семинарах. Они состоят из задач и упражнений, ориентированных на усвоение теоретического материала и умения его использовать для решения практических задач.

На каждом семинаре отводится время для дискуссии, в которой участвуют докладчик, подготовивший сообщение по какой-либо практической проблеме, его оппоненты (1 или 2 человека), подготовившие контраргументы, и другие студенты группы.

Еще одна форма организации работы студентов – написание эссе, которое представляет собой небольшое исследование с опорой на свои собственные личные переживания и данные самодиагностики.

Для ответов на индивидуальные вопросы, а также для помощи в подготовке докладов и написании эссе предусмотрены индивидуальные консультации преподавателя.

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

### **Оценочные и методические материалы**

#### **1. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

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

Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения **текущего контроля** в форме тестовых заданий, доклада-презентации по проблемным вопросам, разноуровневых заданий и **промежуточной аттестации** в форме вопросов и заданий к экзамену.

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 | Код и наименование индикатора   | Результаты обучения  | Наименование оценочного средства        |                          |
|-------|---|--|---|--------------------------|
|       |   |  | Текущий контроль                        | Промежуточная аттестация |
| 1     | <p>ИУК-6.1- Понимает необходимость осознанного управления своим временем и другими личностными ресурсами для выстраивания и реализации траектории саморазвития, личностных достижений, постоянного саморазвития.</p> <p>ИУК-6.2- Планирует траекторию саморазвития, определяет ресурсы, ограничения и приоритеты собственной деятельности, эффективно использует личностные ресурсы.</p> <p>ОПК-6.1- Ориентируется в перечне и основных положениях нормативно-правовых документов, защищающих права лиц с ОВЗ на доступное и качественное образование; общие и специфические особенности психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями; функциональные</p> | <p><b>Знает</b> - специфику процессов саморазвития личности, механизмы саморазвития человека и основные методы диагностики саморазвития личности;</p> <p>-особенности управления личностными ресурсами с целью постоянного саморазвития;</p> <p>- вопросы управления тайм менеджмента;</p> <p>-возможности личностного роста как ресурса решения профессиональных задач;</p> <p>-конкретные приемы саморазвития, эффективной организации профессионального</p> | <p>Доклад по изучаемым темам, опрос</p> | <p>Вопросы к зачету</p>  |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p>обязанности в рамках своей профессиональной деятельности; осуществляет взаимосвязь своей профессии с другими смежными профессиями; возможные перспективы своей профессиональной карьеры.</p> <p>ОПК-6.2- Проектирует специальные условия при инклюзивном образовании обучающихся с особыми образовательными потребностями; анализирует и осуществляет отбор информационных технологий, используемых в образовательном процессе; организует деятельность обучающихся с ОВЗ по овладению адаптированной образовательной программой; проводит оценочные процедуры, отвечающие особым образовательным потребностям обучающихся с ОВЗ; способен организовать совместную деятельность обучающихся с ОВЗ с нормально развивающимися сверстниками при инклюзивном образовании.</p> <p>ОПК-6.3- Разрабатывает программные материалы педагога (рабочие программы учебных дисциплин и др.), учитывающие разные образовательные потребности обучающихся, в том числе особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ; проводит уроки (занятия) в инклюзивных группах (классах); проводит</p> | <p>и карьерного роста.</p> <p><b>Умеет</b> - анализировать процессы саморазвития; -анализировать роль самого человека в процессах саморазвития; -использовать методы диагностики для анализа проявлений саморазвития; -выстраивать траекторию саморазвития; -использовать личностные ресурсы; -выявлять барьеры саморазвития, и находить методы их преодоления; -использовать свои способности в реализации задач инновационной образовательной политики.</p> <p><b>Владеет</b> - навыками рефлексии и самоанализа; -навыками поиска, систематизации, анализа и отбора информации, необходимой для осуществления профессионального и личностного саморазвития; - стратегией управления тайм менеджмента;</p> |  |  |
|--|--|--|--|

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| оценочные мероприятия (входная, промежуточная, итоговая диагностика успеваемости) в инклюзивных классах (группах). | -способами реализации личностных достижений; техниками саморазвития, самоизменения, профессионального и карьерного роста. |  |  |
|--|---|--|--|

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

***Примерные темы сообщений, рефератов, презентаций***

***Тематика для самостоятельного изучения программного материала:***

1. Решение тестовых заданий, ситуационных задач.
2. Разработка плана проведения тренинга партнерского общения личности для дальнейшего имитационного представления на занятии.
3. Разработка плана проведения тренинга креативности для дальнейшего имитационного представления на занятии.
4. Разработка плана проведения тренинга осознания и принятия своего семейного опыта для дальнейшего имитационного представления на занятии.
5. Разработка плана проведения тренинга личностного роста для дальнейшего имитационного представления на занятии.
6. Разработка плана проведения тренинга развития личности на свободную тему для дальнейшего имитационного представления на занятии.
7. Типы групповой работы в тренинге и их задачи.
8. Формы проведения СПТ и причины, обуславливающие выбор конкретной формы работы.
9. Специфика задач и условий проведения тренинга в зависимости от возраста участников групповой работы.
10. Теоретико-методологические основания групповой тренинговой работы.
11. История развития группового психологического тренинга.
12. Использование СПТ в образовании: управление, педагоги, ученики.
13. СПТ в бизнесе: управление, организационное развитие, менеджмент, тренинг продаж и т.д.
14. СПТ в политике: формирование команды, тренинг публичного образа.

***Критерии оценивания реферата***

| Пороги оценок       | Варианты параметров  |
|---------------------|--|
| Неудовлетворительно | тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.   |
| Удовлетворительно   | имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; отсутствуют выводы.  |
| Хорошо              | основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы даны неполные ответы. |

|         |   |
|---------|---|
| Отлично | выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны ответы на дополнительные вопросы. |
|---------|---|

### ***Критерии оценки презентации***

| Пороги оценок       | Варианты параметров  |
|---------------------|--|
| Неудовлетворительно | презентация не содержит материал не по вопросу   |
| Удовлетворительно   | презентация соответствует теме;<br>титульный слайд имеет незавершенный вид (имеется тема, не сформулированы цели и задачи, нет плана и т.п.);<br>тема презентации не структурирована;<br>использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме.             |
| Хорошо              | презентация соответствует теме;<br>оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и т.п.) с некоторыми недочетами;<br>сформулированная тема достаточно полно изложена и структурирована;<br>использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме. |
| Отлично             | презентация соответствует теме;<br>оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и т.п.);<br>сформулированная тема ясно изложена и структурирована;<br>использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме;<br>выдержан стиль, цветовая гамма.  |

### ***Структурно-логическая схема***

Студентам предлагается составление структурно-логической схем по разделам дисциплины. Понятия каждого раздела должны образовывать граф, ребра которого представлены в виде векторов, указывающих логическую связь между понятиями и последовательность введения их в педагогический процесс.

### ***Критерии оценки структурно-логической схемы***

| Пороги оценок       | Варианты параметров   |
|---------------------|---|
| Неудовлетворительно | тезаурус основных понятий и их связь не представлены или представлены не в полном объеме                                  |
| Удовлетворительно   | представлен тезаурус основных понятий и терминов раздела дисциплины; приведена логическая связь между основными понятиями |
| Хорошо              | приведена логическая связь между основными понятиями; понятия второго уровня использованы не в полном объеме              |
| Отлично             | ясно и последовательно приведена логическая связь между понятиями, изучаемыми в разделе дисциплины;                       |

### **Тестовые задания**

#### ***Вариант 1***

1. Что такое Т-группа К. Левина и с какой целью она собиралась \_\_\_\_\_
2. Перечислите правила работы в тренинговой группе \_\_\_\_\_



3. Выделите 4 специфические черты тренинга личностного роста, отличающие его от других методов:

- А) акцент на взаимоотношениях между участниками группы;
- Б) проведение по заданным или вырабатываемым самими участниками правилам;
- В) участникам предлагается «сыграть» другого человека или «разыграть» определенную проблемную ситуацию;
- Г) нацеленность на психологическую помощь участникам группы в саморазвитии;
- Д) проводится в группе; Е) заканчивается рефлексивным подведением итогов.

4. В чём заключается техника проведения рефлексии «Синквейн»...

5. Минимальный состав тренинговой группы:

- А) 2 человека; Б) 3 человека; В) 4 человека; Г) 5 человек; Д) 6 человек; Е) 7 человек.

#### *Вариант 2*

1. Дайте определение понятию «Тренинг личностного роста» \_\_\_\_\_

2. Какие фазы проходит тренинговая группа в своём развитии (перечислите и кратко расшифруйте) \_\_\_\_\_

3. Что означает принцип «Я» в тренинговой работе \_\_\_\_\_

4. Оптимальное количество участников в тренинговой группе:

- А) 2-5 человек; Б) 5-7 человек; В) 7-15 человек;
- Г) 15-20 человек; Д) 20-25 человек; Е) более 25 человек.

5. Дайте определение понятию «рефлексия». Для чего она применяется в тренинговой работе \_\_\_\_\_

#### *Вопросы для подготовки к зачету*

1. Цели и критерии личностного и профессионального роста.
2. Проблема личностной эффективности в профессиональной деятельности. Понятия «компетентность», «компетенции», «ключевые показатели деятельности».
3. Работа с психологическими барьерами личностного и профессионального роста.
4. Работа над принятием ответственности.
5. Развитие внутренней мотивации.
6. Рефрейминг.
7. Развитие креативного мышления.
8. Разработка формулы личности.
9. Модели анализа, планирования и управления творческой деятельностью.
10. SWOT – анализ для решения проблем и управления эффективностью.
11. Модель SPIN как техника планирования и анализа проблем самоменеджмента.
12. Модель эффективных навыков С.Р.Кови.
13. Проактивность. Подчинение действий собственным целям.
14. Самоорганизации и действие на основе приоритетов.
15. Навыки эффективного взаимодействия.
16. Эффективное понимание на основе эмпатии. Синергетическая коммуникация.
17. Профилактика выгорания в педагогической деятельности.
18. Решение задач взаимодействия с учащимися и воспитанниками на основе навыков эффективного взаимодействия.
19. Разминочные, основные и заключительные упражнения: особенности, правила компановки.
20. Коммуникативная компетентность: понятие и структура.
21. Роджерсианский тренинг: установки, этапы работы, результаты.

22. Тренинг «Выбор, поступок, ответственность»: теоретические основания, методика проведения.
23. Психосинтез в тренинге.
24. Психодрама в тренинге.
25. Гештальттерапия в тренинге.
26. Двигательный тренинг (виды, цели работы).
27. Принципы работы с психотехниками в рамках АСПО.
28. Учет особенностей групповой динамики в групповой форме психологической работы.
29. Методы изучения СПТ, схема анализа групповой работы.
30. Работа тренера: знания, умения, использование личностных особенностей.
31. Отдельные психологические эффекты и показатели общей эффективности группового тренинга.
32. Психологическая этика в групповом тренинге.

### **Критерии оценивания результатов обучения**

| Пороги оценок | Варианты параметров  |
|---------------|--|
| Зачтено       | выставляется студенту, если студентом дан полный, развернутый ответ, показано умение проанализировать ситуацию, самостоятельно вычлнить и описать возможные ее решения; умение обобщать информацию, получаемую из разных источников. В ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений.         |
| Незачтено     | выставляется при отсутствии четкого и полного ответа. Логика и последовательность изложения нарушены. Отмечается незнание в раскрытии понятий, употреблении терминов. Обучающийся не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. |

### **Критерии оценки презентации**

| Пороги оценок       | Варианты параметров  |
|---------------------|--|
| Неудовлетворительно | презентация не содержит материал не по вопросу   |
| Удовлетворительно   | презентация соответствует теме;<br>титульный слайд имеет незавершенный вид (имеется тема, не сформулированы цели и задачи, нет плана и т.п.);<br>тема презентации не структурирована;<br>использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме.             |
| Хорошо              | презентация соответствует теме;<br>оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и т.п.) с некоторыми недочетами;<br>сформулированная тема достаточно полно изложена и структурирована;<br>использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме. |
| Отлично             | презентация соответствует теме;<br>оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и т.п.);<br>сформулированная тема ясно изложена и структурирована;<br>использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме;                                     |

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.

## **5. Перечень учебной литературы, информационных ресурсов и технологий**

### **5.1. Учебная литература**

1. Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Изд. Юрайт, 2021. - 320 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-9916-9979-2. - Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/471912> (дата обращения: 15.06.2021).

2. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для СПО / Д. М. Рамендик. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Изд. Юрайт, 2018. - 136 с. - (Серия : Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-07706-3. - Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/295CF277-FC44-40B0-898C-A7EE802E450D](http://www.biblio-online.ru/book/295CF277-FC44-40B0-898C-A7EE802E450D)

### **5.2. Периодическая литература**

1 Азарнова А.Н. Метод ролевой игры в тренинге : создание, проведение и разбор ролевой игры. - Санкт-Петербург : Речь, 2011.

2 Гуревич П. С. Психология личности: Учебник. М.: Изд. ООО «Научноиздательский центр ИНФРАМ», 2020.

3 Баева, И.А. Тренинги психологической безопасности в школе / И.А. Баева. - СПб., 2002. - 251 с. - ISBN 5-9268-0128-1

4 Битянова, М.Р. Работа с ребенком в образовательной среде: решение задач и проблем развития: научно-методическое пособие для психологов и педагогов / М.Р. Битянова. - М.: МГППУ, 2006. - 96 с. - ISBN 559405110233X

5 Большаков, В.Ю. Психотренинг: социодинамика, упражнения, игры / В.Ю. Большаков. - СПб., 1996. - 380 с. - ISBN 5-89121-003-7

6 Гиппиус, С.В. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. - СПб, 2001. - 352 с. - ISBN 5-9268-0058-7

- 7 Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : учебное пос. для бакалавриата и магистратуры / М. В. Кларин. - М. : Издательство Юрайт, 2018. - 288 с. - (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль.). - ISBN 978-5-534-02811-9. - Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/7A880BA1-6E9F-4C4A-B126-E38634B95036](http://www.biblio-online.ru/book/7A880BA1-6E9F-4C4A-B126-E38634B95036)
- 8 Климчук, В.А. Тренинг внутренней мотивации. Программа развития: теория и методика / В.А. Климчук. - СПб., 2006. - 76 с. - ISBN 5-9268-0358-6
- 9 Коростылева, Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере / Л.А. Коростылева. - СПб.: Изд. «Речь», 2005. – 222 с.
- 10 Котлер, Ф. Стратегический менеджмент по Котлеру. Лучшие приемы и методы Филип Котлер, Роланд Бергер, Нильс Бикхофф. - М.: Альпина Паблишер, 2012. - 144 с. - ISBN 978-5-9614-2213-9
- 11 Межкультурная коммуникация. Теория и тренинг [Электронный ресурс] : учебнометодическое пособие / Ю. Рот, Г. Коптельцева. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 223 с. - [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=114542&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=114542&sr=1)
- 12 Психогимнастика в тренинге / под ред. Н.Ю.Хрящевой. - СПб., 2002.-- 256 с. - ISBN 5-9268-0065-X
- 13 Рамендик, Д.М. Тренинг личностного роста: учеб. пособие / Д.М. Рамендик. – М., 2007. - 176 с. - ISBN 978-5-91134-072-8
- 14 Сидоренко Е.В. Технологии создания тренинга: от замысла к результату. - СПб. : Речь, 2008.
- 15 Синамати, А. Тренинг - это маленькая жизнь: основы тренинга продаж / А. Синамати. - СПб.: Речь, 2005. - 80 с. - ISBN 5-9268-0216-4
- 16 Стаут, С. Управленческий тренинг / С. Стаут. - СПб., 2002. - 256 с. – ISBN 5-318-00753-8
- 17 Стахнева, Л.А. Саморазвитие: миф или реальность? / Л.А. Стахнева // Психология зрелости и старения. – 2004. - №3. – С. 21-37.
- 18 Стюарт, Д. Тренинг организационных изменений / Д. Стюарт. - СПб., 2001. - 256 с. - ISBN 5-318-00118-1
- 19 Шаш, Н.Н. Тренинги для повышения производительности труда / Н.Н. Шаш. - М., 2006. - 240 с. – ISBN 5-476-00022-4

### **5.3. Интернет-ресурсы, в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

#### ***Электронно-библиотечные системы (ЭБС):***

1. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» <https://urait.ru/>
2. ЭБС «УНИВЕРСИТЕТСКАЯ БИБЛИОТЕКА ОНЛАЙН» <http://www.biblioclub.ru/>
3. ЭБС «BOOK.ru» <https://www.book.ru>
4. ЭБС «ZNANIUM.COM» [www.znanium.com](http://www.znanium.com)
5. ЭБС «ЛАНЬ» <https://e.lanbook.com>

#### ***Профессиональные базы данных***

1. Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (РГБ) <https://ldiss.rsl.ru/>;
2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (НЭБ) <http://www.elibrary.ru/>;
3. Национальная электронная библиотека <https://rusneb.ru/>;
4. Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина <https://www.prlib.ru/>;
5. БД CSD-Enterpris Кембриджского центра кристаллографических данных (CCDC) <https://www.ccdc.cam.ac.uk/structures/>;
6. БД журналов по различным отраслям знаний Wiley Journals Database <https://onlinelibrary.wiley.com/>;

7. БД eBook Collection (SAGE) – <https://sk.sagepub.com/books/discipline>;
8. Полнотекстовая коллекция журналов компании Американского физического общества American Physical Society (APS) <https://journals.aps.org/about>;
9. БД патентного поиска Orbit Premium edition (Questel) <https://www.orbit.com/>;
10. Ресурсы Springer Nature (журналы, книги): <https://link.springer.com/>  
<https://www.nature.com/> <https://experiments.springernature.com/sources/springer-protocols>  
<http://materials.springer.com/>
11. Архивы научных журналов на Российской платформе научных журналов НЭИКОН <http://archive.neicon.ru/>;
12. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС Россия) <http://uisrussia.msu.ru/>;
13. "Лекториум ТВ" - видеолекции ведущих лекторов России <http://www.lektorium.tv/>;
14. БД SciFindern (CAS) (онлайн-сервис для поиска информации в области химии, биохимии, химической инженерии, материаловедения, нанотехнологий, физики, геологии, металлургии и др.) <https://scifinder-n.cas.org/>;
15. Freedom Collection – полнотекстовая коллекция электронных журналов по различным отраслям знаний издательства Elsevier <https://www.sciencedirect.com/>;
16. БД Academic Reference (CNKI) (единая поисковая платформа по научноисследовательским работам КНР. Тематика покрывает все основные дисциплинарные области <https://ar.cnki.net/ACADREF>.

#### ***Информационные справочные системы***

Консультант Плюс - справочная правовая система (доступ по локальной сети с компьютеров библиотеки)

#### ***Ресурсы свободного доступа***

1. КиберЛенинка <http://cyberleninka.ru/>;
2. Американская патентная база данных <http://www.uspto.gov/patft/>
3. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://www.minobrnauki.gov.ru/>;
4. Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru/>;
5. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/>.
6. Проект Государственного института русского языка имени А.С. Пушкина "Образование на русском" <https://pushkininstitute.ru/>;
7. Справочно-информационный портал "Русский язык" <http://gramota.ru/>;
8. Служба тематических толковых словарей <http://www.glossary.ru/>;
9. Словари и энциклопедии <http://dic.academic.ru/>;
10. Образовательный портал "Учеба" <http://www.ucheba.com/>.

#### ***Собственные электронные образовательные и информационные ресурсы КубГУ***

1. Электронный каталог Научной библиотеки КубГУ <http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/Web>
2. Электронная библиотека трудов ученых КубГУ <http://megapro.kubsu.ru/MegaPro/UserEntry?Action=ToDb&idb=6>
3. Открытая среда модульного динамического обучения КубГУ <https://openedu.kubsu.ru/>
4. База учебных планов, учебно-методических комплексов, публикаций и конференций <http://infoneeds.kubsu.ru/>

5. Электронный архив документов КубГУ <http://docspace.kubsu.ru/>

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

По курсу предусмотрено проведение лекционных занятий, на которых дается основной систематизированный материал. Предназначение лекций по курсу заключается в следующем:

- изложение важнейшей информации по заданной теме.
- помощь в освоении фундаментальных проблем курса.
- популяризация новейших достижений современной научной мысли.

Лекции по данному курсу предоставляют базовую основу для использования других форм учебных занятий, таких как семинарское занятие, консультация, экзамен.

Практические занятия (семинары) предназначены для углубленного изучения предмета, овладение методологией, применительно к особенностям педагогической науки. На семинарах студенты закрепляют знания, полученные на лекциях или из учебников, в процессе их пересказа или обсуждения. Подготовка к занятиям по первоисточникам (а не только учебникам), выступление с сообщениями расширяют знания студентов по курсу.

Дидактические цели семинара:

- углубление, систематизация и закрепление знаний, превращение их в убеждения;- проверка знаний;
- привитие умений и навыков самостоятельной работы с учебником, статьей и пр.;
- развитие культуры речи, формирование умения аргументировано отстаивать свою точку зрения, отвечая на вопросы других студентов и преподавателя;
- умение слушать других, задавать вопросы.

В зависимости от степени активизации мнемической или мыслительной деятельности студентов формы организации семинарских занятий можно разделить на два типа: 1) репродуктивный и 2) продуктивный.

Репродуктивный тип организации занятия предполагает, прежде всего, активизацию мнемических способностей студентов. Они должны запомнить и пересказать определенный учебный материал на основе материала лекций или учебников или первоисточников. Продуктивный тип организации занятия предполагает активизацию мыслительных способностей студентов. Они должны сравнить, проанализировать, обобщить, критически оценить, сделать умозаключение на основе услышанного или прочитанного материала. Такой характер занятию придает постановка вопросов следующего типа: Чем отличается...; Что общего между...; Какие механизмы...; Выделите достоинства и недостатки... (предполагается, что ответы на эти вопросы в явном виде в учебнике или лекции не даны).

Вид (форма) семинара определяется содержанием темы, уровнем подготовки студентов данной группы, направлением и профилем их подготовки, необходимостью увязать преподавание учебной дисциплины с другими дисциплинами, изучаемыми студентами. Вид семинара призван способствовать наиболее полному раскрытию содержания и структуры обсуждаемой на нем темы, обеспечить наибольшую активность студентов, решение познавательных и воспитательных задач.

В рамках курса предполагается несколько видов семинарских занятий, а именно: вопросно-ответный вид семинара, семинар-дискуссия, обсуждение письменных работ студентов (рефератов, эссе). Гибкость видов семинарских занятий, широкие возможности постоянного их совершенствования позволяют наиболее полно осуществлять обратную связь с обучаемыми, выясняя для себя ряд вопросов, имеющих важное значение для постановки всего учебного процесса.

Важнейшим этапом курса является самостоятельная работа. Самостоятельная работа студентов по курсу «Технологии личностного роста» понимается как многообразная индивидуальная и коллективная деятельность студентов, осуществляемая под руководством, но без непосредственного участия преподавателя в специально отведенное для этого внеаудиторное время.

Методологическую основу самостоятельной работы студентов составляет деятельностный подход, когда цели обучения ориентированы на формирование умений решать типовые и нетиповые задачи, т. е. на реальные ситуации, где студентам надо проявить знание данной учебной дисциплины.

Целью самостоятельной работы студентов является углубление и закрепление знаний студента, развитие аналитических, исследовательских и технологических навыков по проблематике курса.

В качестве индивидуальной самостоятельной работы студентам предлагаются следующие задания:

1. Изготовление иллюстративного материала по выбранной теме (подготовка презентаций).

2. Написание рефератов и эссе по предложенной проблеме.

3. Конспектирование разделов учебника по определенной теме с приведением собственных примеров.

4. Работа с научными понятиями - построение структурно-логических схем. Предлагается центральное понятие и от него выстраиваются связи с другими: выявляются связи 1-го, 2-го и т.д. порядков.

5. Опыт самостоятельного рассуждения, т.е. понятийной рефлексии по поводу научного вопроса, поставленного преподавателем с логически обоснованными выводами.

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.

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. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)

| Наименование специальных помещений                        | Оснащенность специальных помещений   | Перечень лицензионного программного обеспечения   |
|---|--|---|
| Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа | Мебель: учебная мебель<br>Технические средства обучения:<br>экран, проектор, компьютер | Microsoft Office 2016<br>Microsoft Windows 8.1<br>Подписка на 2017-2018 учебный год на программное обеспечение в рамках программы компании Microsoft “Enrollment for Education Solutions” для компьютеров |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   |  | и серверов Кубанского государственного университета и его филиалов<br>Дог. №77-АЭФ/223-ФЗ/2017 от 03.11.2017   |
| Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации | Мебель: учебная мебель<br>Технические средства обучения:<br>экран, проектор, компьютер | Microsoft Office 2016<br>Microsoft Windows 8.1<br>Подписка на 2017-2018 учебный год на программное обеспечение в рамках программы компании Microsoft "Enrollment for Education Solutions" для компьютеров и серверов Кубанского государственного университета и его филиалов<br>Дог. №77-АЭФ/223-ФЗ/2017 от 03.11.2017 |

Для самостоятельной работы обучающихся предусмотрены помещения, укомплектованные специализированной мебелью, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

| Наименование помещений для самостоятельной работы обучающихся                       | Оснащенность помещений для самостоятельной работы обучающихся  | Перечень лицензионного программного обеспечения  |
|---|--|--|
| Помещение для самостоятельной работы обучающихся (читальный зал Научной библиотеки) | Мебель: учебная мебель<br>Комплект специализированной мебели: компьютерные столы<br>Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационно-коммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, веб-камеры, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение и беспроводное | Microsoft Office 2016<br>Microsoft Windows 8.1<br>Подписка на 2017-2018 учебный год на программное обеспечение в рамках программы компании Microsoft "Enrollment for Education Solutions" для компьютеров и серверов Кубанского государственного университета и его филиалов<br>Дог. №77-АЭФ/223-ФЗ/2017 от 03.11.2017 |



|  |  |  |
|--|--|--|
|  | соединение по технологии Wi-Fi)  |  |
| Помещение для самостоятельной работы обучающихся (ауд. 401Н, 402Н, 403Н) | Мебель: учебная мебель<br>Комплект специализированной мебели: компьютерные столы<br>Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационно-коммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, веб-камеры, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение и беспроводное соединение по технологии Wi-Fi) | Microsoft Office 2016<br>Microsoft Windows 8.1<br>Подписка на 2017-2018 учебный год на программное обеспечение в рамках программы компании Microsoft “Enrollment for Education Solutions” для компьютеров и серверов Кубанского государственного университета и его филиалов<br>Дог. №77-АЭФ/223-ФЗ/2017 от 03.11.2017 |