

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ИМПЕРАТОРА ПЕТРА I»

УТВЕРЖДАЮ
Декан агроинженерного факультета
Оробинский В.И.
«24» июня 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.О.03 Психология современного саморазвития

Направление подготовки 35.04.06 Агроинженерия

Направленность (профиль) Электроснабжение

Квалификация выпускника – магистр

Факультет – Агроинженерный

Кафедра гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права

Разработчик рабочей программы:

доцент, кандидат психологических наук, доцент Алтухова Елена Владимировна

Воронеж – 2021 г.

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 35.04.06 Агроинженерия, утвержденным приказом Министра образования и науки Российской Федерации от 26 июля 2017 года № 709.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права (протокол №7 от 09 июня 2021 г.).

Заведующий кафедрой


подпись

Филоненко Н.В.

Рабочая программа рекомендована к использованию в учебном процессе методической комиссией агроинженерного факультета (протокол № 10 от 24.06.2021 г)

Председатель методической комиссии _____



_____ **Костиков О.М**

Рецензент рабочей программы к. психол. н., доцент Воронежского института высоких технологий Казьмина Е.Г.

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель дисциплины

Цель – освоение обучающимися теоретических знаний в области планирования личного и профессионального саморазвития, а также методических подходов к самопрогнозированию и самореализации личности на основе современных научных подходов.

1.2. Задачи дисциплины

Задачи:

- дать теоретико-практические знания о стратегиях саморазвития и управления личностными ресурсами;
- сформировать способность к самоорганизации и совершенствованию собственной деятельности;
- обеспечить готовность применять методы и технологии саморазвития для выстраивания путей самореализации и оптимальной профессионализации личности.

1.3. Предмет дисциплины

Предмет – закономерности становления и функционирования человека (личности) как субъекта собственного развития.

1.4. Место дисциплины в образовательной программе

Дисциплина Б1.О.03 «Психология современного саморазвития» относится к Блоку 1. Дисциплины (модули), обязательной части.

1.5. Взаимосвязь с другими дисциплинами

Дисциплина Б1.О.03 «Психология современного саморазвития» связана со следующими дисциплинами учебного плана:

- Б1.О.04 Коммуникативные технологии профессионального общения.
- Б1.О.06 Основы межкультурного взаимодействия.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Компетенция		Планируемые результаты обучения
Код	Название	
УК-3	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	Обучающийся должен знать: 32 психологические принципы организации и руководства командной работой.
		Обучающийся должен уметь: У2 определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии.
		Обучающийся должен иметь навыки и (или) опыт деятельности: Н2 использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели.
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Обучающийся должен знать: 32 приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования.
		Обучающийся должен уметь: У2 самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста.
		Обучающийся должен иметь навыки и (или) опыт деятельности: Н2 использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления.

3. Объём дисциплины и виды работ

3.1. Очная форма обучения

Показатели	Семестр						Всего
	2						
Общая трудоёмкость, з.е./ч	3 / 108						3 / 108
Общая контактная работа, ч	24,15						24,15
Общая самостоятельная работа, ч	83,85						83,85
Контактная работа при проведении учебных занятий, в т.ч. (ч)	24,00						24,00
лекции	12	-	-	-	-	-	12,00
лабораторные-всего	-	-	-	-	-	-	
в т.ч. практическая подготовка	-	-	-	-	-	-	
практические-всего	12	-	-	-	-	-	12,00
в т.ч. практическая подготовка	-	-	-	-	-	-	
индивидуальные консультации при выполнении курсового проекта	-	-	-	-	-	-	
индивидуальные консультации при выполнении курсовой работы	-	-	-	-	-	-	

Самостоятельная работа при проведении учебных занятий, ч	75,00						75,00
Контактная работа при проведении промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (ч)	0,15						0,15
групповые консультации	-	-	-	-	-	-	
курсовой проект	-	-	-	-	-	-	
курсовая работа	-	-	-	-	-	-	
зачет	0,15	-	-	-	-	-	0,15
зачет с оценкой	-	-	-	-	-	-	
экзамен	-	-	-	-	-	-	
Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (ч)	8,85						8,85
выполнение курсового проекта	-	-	-	-	-	-	
выполнение курсовой работы	-	-	-	-	-	-	
подготовка к зачету	8,85	-	-	-	-	-	8,85
подготовка к зачету с оценкой	-	-	-	-	-	-	
подготовка к экзамену	-	-	-	-	-	-	
Форма промежуточной аттестации	зачет						зачет

3.2. Заочная форма обучения

Показатели	Курс						Всего
	1						
Общая трудоёмкость, з.е./ч	3 / 108						3 / 108
Общая контактная работа, ч	10,15						10,15
Общая самостоятельная работа, ч	97,85						97,85
Контактная работа при проведении учебных занятий, в т.ч. (ч)	10,00						10,00
лекции	6	-	-	-	-	-	6,00
лабораторные-всего	-	-	-	-	-	-	
в т.ч. практическая подготовка	-	-	-	-	-	-	
практические-всего	4	-	-	-	-	-	4,00
в т.ч. практическая подготовка	-	-	-	-	-	-	
индивидуальные консультации при выполнении курсового проекта	-	-	-	-	-	-	
индивидуальные консультации при выполнении курсовой работы	-	-	-	-	-	-	
Самостоятельная работа при проведении учебных занятий, ч	89,00						89,00
Контактная работа при проведении промежуточной аттестации обучающихся, в т.ч. (ч)	0,15						0,15
групповые консультации	-	-	-	-	-	-	

курсовой проект	-	-	-	-	-	-	
курсовая работа	-	-	-	-	-	-	
зачет	0,15	-	-	-	-	-	0,15
зачет с оценкой	-	-	-	-	-	-	
экзамен	-	-	-	-	-	-	
Самостоятельная работа при промежуточной аттестации, в т.ч. (ч)	8,85						8,85
выполнение курсового проекта	-	-	-	-	-	-	
выполнение курсовой работы	-	-	-	-	-	-	
подготовка к зачету	8,85	-	-	-	-	-	8,85
подготовка к зачету с оценкой	-	-	-	-	-	-	
подготовка к экзамену	-	-	-	-	-	-	
Форма промежуточной аттестации	зачет						зачет

4. Содержание дисциплины

4.1. Содержание дисциплины в разрезе разделов и подразделов

Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований.

Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.

Предмет, цели и задачи психологии саморазвития личности. Ценность и ограничения саморазвития. Соотношение понятий «развитие» и «саморазвитие». Определение понятия «саморазвитие». Сознание и самосознание как органы саморазвития личности. Психологические механизмы саморазвития. Барьеры саморазвития.

Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.

Саморазвитие, становление внутреннего мира и жизненный путь личности. Понятие жизненного пути. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития. Назначение саморазвития на жизненном пути человека. Саморазвитие и зрелость личности.

Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.

Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.

Характеристика целей саморазвития. Базовые мотивы саморазвития. Жизненные принципы и жизненные ориентации как мотивирующие факторы саморазвития человека. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация. Специфические психологические средства саморазвития.

Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.

Цели и мотивы самопознания. Способы и средства самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Самообразование как средство саморазвития. Самовоспитание как средство саморазвития. Проблемы формирования культуры самовоспитания личности.

Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.

Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.

Возрастные этапы саморазвития. Возрастные особенности развития самосознания и самопознания как необходимого условия саморазвития личности. Становление субъектной позиции и социальной активности как качественной характеристики

саморазвития личности. Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития: педагогические и психологические технологии, ориентированные на саморазвитие личности.

Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.

Общая характеристика профессионального саморазвития личности. Профессиональное самопознание как условие профессионального саморазвития личности. Профессиональное формирование и профессиональное развитие личности. Стратегии и техники оптимального формирования профессионала.

4.2. Распределение контактной и самостоятельной работы при подготовке к занятиям по подразделам

4.2.1. Очная форма обучения

Разделы, подразделы дисциплины	Контактная работа			СР
	лек-ции	ЛЗ	ПЗ	
Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований.	4	-	4	24
Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.	2	-	2	12
Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.	2	-	2	12
Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.	4	-	4	27
Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.	2	-	2	14
Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.	2	-	2	13
Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.	4	-	4	24
Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.	2	-	2	12
Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.	2	-	2	12
Всего	12	-	12	75

4.2.2. Заочная форма обучения

Разделы, подразделы дисциплины	Контактная работа			СР
	лек-ции	ЛЗ	ПЗ	
Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований.	2	-	1	29
Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.	1	-	0,5	14
Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.	1	-	0,5	15

Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.	2	-	1	30
Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.	1	-	0,5	16
Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.	1	-	0,5	14
Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.	2	-	2	30
Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.	1	-	1	16
Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.	1	-	1	14
Всего	6	-	4	89

4.3. Перечень тем и учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся

№ п/п	Тема самостоятельной работы	Учебно-методическое обеспечение	Объём, ч	
			форма обучения	
			очная	заочная
Раздел I. Проблема саморазвития личности в контексте психологических исследований.				
1.	Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.	Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций: 1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ИТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf	12	14
2.	Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.	2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ИТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf	14	16
Раздел II. Саморазвитие как специфическая деятельность личности.				

3.	Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.	Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций: 1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf	14,5	16,5
4.	Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.	2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf	14,5	16,5
Раздел III. Проблема психологического сопровождения саморазвития личности.				

5.	Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.	Организация самостоятельной работы по дисциплине осуществляется в соответствии с методическими указаниями и курсом лекций: 1. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163375.pdf 2. Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf	14	16
6.	Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.		14,85	18,85
Всего:			83,85	97,85

5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации и текущего контроля

5.1. Этапы формирования компетенций

Подраздел дисциплины	Компетенция	Индикатор достижения компетенции
Подраздел 1.1. Общая характеристика саморазвития личности.	УК-3	32
	УК-6	32
Подраздел 1.2. Саморазвитие в контексте жизненного пути личности.	УК-3	32
	УК-6	32
Подраздел 2.1. Цели, мотивы и формы саморазвития.	УК-3	32
		У2
		Н2
	УК-6	32
		У2
		Н2

Подраздел 2.2. Самопознание как условие саморазвития.	УК-3	32 У2 Н2
	УК-6	32 У2 Н2
Подраздел 3.1. Возрастные особенности саморазвития личности.	УК-3	32 У2 Н2
	УК-6	32 У2 Н2
Подраздел 3.2. Профессиональное саморазвитие личности.	УК-3	32 У2 Н2
	УК-6	32 У2 Н2

5.2. Шкалы и критерии оценивания достижения компетенций

5.2.1. Шкалы оценивания достижения компетенций

Вид оценки	Оценки	
Академическая оценка по 2-х балльной шкале	не зачтено	зачтено

5.2.2. Критерии оценивания достижения компетенций

Критерии оценки на зачете

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Зачтено, высокий	Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя отличное знание освоенного материала и умение самостоятельно решать сложные задачи дисциплины
Зачтено, продвинутый	Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя хорошее знание освоенного материала и умение самостоятельно решать стандартные задачи дисциплины
Зачтено, пороговый	Студент выполнил все задания, предусмотренные рабочей программой, отчитался об их выполнении, демонстрируя знание основ освоенного материала и умение решать стандартные задачи дисциплины с помощью преподавателя
Не зачтено, компетенция не освоена	Студент выполнил не все задания, предусмотренные рабочей программой или не отчитался об их выполнении, не подтверждает знание освоенного материала и не умеет решать стандартные задачи дисциплины даже с помощью преподавателя

Критерии оценки тестов

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Отлично, высокий	Содержание правильных ответов в тесте не менее 90%
Хорошо, продвинутый	Содержание правильных ответов в тесте не менее 75%
Удовлетворительно, пороговый	Содержание правильных ответов в тесте не менее 50%
Неудовлетворительно, компетенция не освоена	Содержание правильных ответов в тесте менее 50%

Критерии оценки устного опроса

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Зачтено, высокий	Студент демонстрирует уверенное знание материала, четко выражает свою точку зрения по рассматриваемому вопросу, приводя соответствующие примеры
Зачтено, продвинутый	Студент демонстрирует уверенное знание материала, но допускает отдельные погрешности в ответе
Зачтено, пороговый	Студент демонстрирует существенные пробелы в знаниях материала, допускает ошибки в ответах
Не зачтено, компетенция не освоена	Студент демонстрирует незнание материала, допускает грубые ошибки в ответах

Критерии оценки решения задач

Оценка, уровень достижения компетенций	Описание критериев
Зачтено, высокий	Студент уверенно знает методику и алгоритм решения задачи, не допускает ошибок при ее выполнении.
Зачтено, продвинутый	Студент в целом знает методику и алгоритм решения задачи, не допускает грубых ошибок при ее выполнении.
Зачтено, пороговый	Студент в целом знает методику и алгоритм решения задачи, допускает ошибок при ее выполнении, но способен исправить их при помощи преподавателя.
Не зачтено, компетенция не освоена	Студент не знает методику и алгоритм решения задачи, допускает грубые ошибки при ее выполнении, не способен исправить их при помощи преподавателя.

Критерии оценки докладов

Оценка, уровень достижения	Описание критериев
----------------------------	--------------------

компетенций	
Зачтено, высокий	Структура, содержание и оформление доклада полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, отсутствуют орфографические, синтаксические и стилистические ошибки
Зачтено, продвинутый	Структура, содержание и оформление доклада полностью соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы актуальные источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки
Зачтено, пороговый	Структура, содержание и оформление доклада в целом соответствуют предъявляемым требованиям, обоснована актуальность темы, даны четкие формулировки, использованы как актуальные, так и устаревшие источники информации, имеются отдельные орфографические, синтаксические и стилистические ошибки
Не зачтено, компетенция не освоена	Структура, содержание и оформление доклада не соответствуют предъявляемым требованиям, актуальность темы не обоснована, отсутствуют четкие формулировки, использованы преимущественно устаревшие источники информации, имеются в большом количестве орфографические, синтаксические и стилистические ошибки

5.3. Материалы для оценки достижения компетенций

5.3.1. Оценочные материалы промежуточной аттестации

5.3.1.1. Вопросы к экзамену - «Не предусмотрены»

5.3.1.2. Задачи к экзамену - «Не предусмотрены»

5.3.1.3. Вопросы к зачету с оценкой - «Не предусмотрены»

5.3.1.4. Вопросы к зачету

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Обозначьте основные исследовательские задачи психологии современного саморазвития.	УК-3	32
2.	Понятие о личности. Человек как активный субъект своей жизни.	УК-3	32
3.	Основные положения психологии современного саморазвития в отечественной и зарубежной науке.	УК-3	32
4.	Дайте определение понятиям «самосознание», «самопознание», «саморазвитие» и охарактеризуйте их.	УК-3	32
5.	Проблема идентичности в психологии современного саморазвития.	УК-3	32
6.	Личность, ее саморазвитие в контексте теорий психологии.	УК-3	32
7.	Идентификация как механизм самопознания.	УК-3 УК-6	32 32
8.	Рефлексия как механизм самопознания.	УК-3	32

		УК-6	32
9.	Самопринятие как механизм саморазвития.	УК-3 УК-6	32 32
10.	Самопрогнозирование личности как механизм саморазвития.	УК-3 УК-6	32 32
11.	Проблема самоактуализации в теории А. Маслоу.	УК-3 УК-6	32 У2 32
12.	Барьеры саморазвития.	УК-3 УК-6	32 32
13.	Понятие личностного роста в психологии современного саморазвития.	УК-3 УК-6	32 32
14.	Биография, жизненный путь человека.	УК-3 УК-6	32 32
15.	Само-менеджмент и тайм-менеджмент.	УК-3 УК-6	32 32
16.	Профессиональное становление и профессиональное развитие личности.	УК-3 УК-6	32 32
17.	Компетентность и пути самосовершенствования в профессиональной области.	УК-3 УК-6	32 32
18.	Профессиональное самопознание как условие профессионального саморазвития личности.	УК-3 УК-6	32 32
19.	Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация.	УК-3 УК-6	32 32
20.	Возрастные особенности развития самосознания и самопознания.	УК-3 УК-6	32 32
21.	Общая характеристика процесса психолого-педагогического сопровождения саморазвития.	УК-3	32 У2
22.	Барьеры на пути профессионального развития, варианты их преодоления.	УК-3 УК-6	32 У2 32 У2
23.	Методика разработки личных жизненных планов.	УК-3 УК-6	32 У2 32 У2
24.	Кризисы профессионального развития	УК-3 УК-6	32 У2 32 У2
25.	Условия саморазвития и оптимизации профессиональных достижений личности.	УК-3 УК-6	32 У2 32 У2

5.3.1.5. Перечень тем курсовых проектов (работ) - «Не предусмотрен»

5.3.1.6. Вопросы к защите курсового проекта (работы) - «Не предусмотрены»

5.3.2. Оценочные материалы текущего контроля

5.3.2.1. Вопросы тестов

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Психология современного саморазвития изучает: А) развитие ребенка дошкольного возраста; Б) физиологическое состояние всех представителей человеческого и животного мира; В) психологические изменения человека в зависимости от его возраста.	УК-3	32
2.	Типы личности в психологии бывают: А) рациональные и иррациональные; Б) серьезные и несерьезные; В) социофилы и социофобы.	УК-3	32
3.	Структура личности в психологии: А) классификация профессиональных навыков человека; Б) совокупность характеристик, которая демонстрирует психологические особенности человека; В) этапы прохождения личностного роста индивидом.	УК-3	32
4.	Личность это.... А) человек на всех стадиях взросления; Б) индивид зрелого возраста, который занимается самосовершенствованием на постоянной основе; В) набор психических и физических особенностей человека, который определяет его поступки и связь с социумом.	УК-3	32
5.	Направленность личности в психологии: А) свойство личности, в котором продемонстрирована совокупность стремлений к деятельности; Б) установка для достижения определенных результатов; В) наклонная прямая жизненных целей индивида.	УК-3	32
6.	Проблема развития личности в психологии (по Леонтьеву): А) заключается в ложных или неправильных мотивах развития человека; Б) находится в невозможности человека принять свой реальный физиологический возраст; В) является необоснованным появлением кризисов на различных временных этапах.	УК-3 УК-6	32 32
7.	Термин «личность» в психологии определяется как: А) индивид, имеющий заслуги в определенной сфере деятельности; Б) человек во всех своих проявлениях; В) рассмотрение человека как субъекта социума, носителя индивидуального начала, которое раскрывается в ходе функционирования в общественной жизни.	УК-3	32
8.	Волевые качества личности это: А) свойства, сформировавшиеся в ходе жизненного опыта, связанные с преодолением препятствий и выработки силы воли; Б) сильные стороны характера индивида, позволяющие	УК-3 УК-6	32 32

	ему хладнокровно реагировать на жизненные трудности; В) способность к стрессоустойчивости в сложных жизненных ситуациях.		
9.	Психология саморазвития возникла в: А) в XIX веке; Б) в I веке до нашей эры; В) в XVI веке.	УК-3 УК-6	32 32
10.	Самооценка личности это: А) оценивание собственных личностных качеств, чувств, достоинств и демонстрирование их окружающим; Б) психологическое состояние, когда человек концентрируется на своем его и не замечает собственных недостатков; В) представление о собственных навыках и талантах.	УК-3 УК-6	32 32
11.	Самосознание личности это: А) осознание индивидом собственных потребностей, способностей, мотивов поведения, мыслей; Б) анализ совершенных поступков в разные периоды времени; В) установка на прохождение предначертанного жизненного пути.	УК-3 УК-6	32 32
12.	Индивидуальность это: А) мужчины и женщины, не согласные с обществом мнения и разрабатывающие собственный взгляд на события действительности; Б) человек, идущий по индивидуальному пути развития; В) набор специальных характеристик человека, которые отличают одного индивида от другого.	УК-3 УК-6	32 32
13.	Жизненный путь личности это: А) развитие и формирование личности в социуме; Б) прохождение этапов взросления с раннего возраста до глубокой старости; В) профессиональный и карьерный рост индивида.	УК-3 УК-6	32 32
14.	Мотивы личности это: А) движущая и направляющая сила деятельности; Б) тайны и желания индивида; В) факторы, объясняющие поведения индивида.	УК-3 УК-6	32 32
15.	Основные теории личности в отечественной психологии: А) бихевиоризм, когнитивные теории личности, школа человеческих отношений; Б) Фрейдизм, дадаизм, психология невербального общения; В) концепция «человекознания», психология отношений, теория установки.	УК-3 УК-6	32 32
16.	Понятие личности в отечественной психологии вывели: А) Л. Выготский, А. Леонтьев; Б) Н. Лейтес, М. Басов; В) Б. Ломов; С. Рубинштейн.	УК-3 УК-6	32 32
17.	Проблема личности в отечественной психологии изучается: А) как функционирование личности в социокультурном	УК-3 УК-6	32 32

	мире; Б) с точки зрения структуры личности и особенностей ее формирования и развития; В) с точки зрения принадлежности индивида к определенному социальному институту.		
18.	Структура личности в зарубежной психологии (по Фрейду): А) Он, Она, Оно; Б) Оно, Я, Сверх-Я; В) Я, Мы, Ты, Вы.	УК-3 УК-6	32 32
19.	Определение «структура личности» означает: А) классификация человеческих потребностей в зависимости от социального статуса; Б) градация профессиональных навыков индивида; В) связь и взаимодействие различных ее компонентов: способностей, волевых качеств, характера, эмоций.	УК-3 УК-6	32 32
20.	Наиболее точный синоним к термину «психология саморазвития»: А) генетическая психология; Б) психология деградации; В) духовная психология.	УК-3	32
21.	Сущностью активности личности является: А) способность человека многое делать в ограниченный срок; Б) способность человека производить общественно значимые преобразования в мире на основе присвоения богатств материальной и духовной культуры, проявляющаяся в общении, волевых актах, творчестве; В) собственная динамика живого существа как источник преобразования и поддержания жизненно значимых связей с окружающим миром.	УК-3 УК-6	32 32
22.	Данные утверждения о жизненном пути личности являются верными: А) жизненный путь личности зависит от макро- и микросреды ее развития; Б) основной единицей жизненного пути является событие; В) основной единицей жизненного пути является переживание.	УК-3 УК-6	32 32
23.	Саморазвитие соотносится с понятием: А) саморегуляция; Б) сознательность; В) самореализация.	УК-3 УК-6	32 32
24.	Под профессиональным саморазвитием мы будем понимать: А) личностно и профессионально значимый процесс, реализуемый внутри и под влиянием формирования и развития профессиональной деятельности; Б) жизненный путь личности В) способность человека производить общественно значимые преобразования, проявляющаяся в общении, волевых актах, творчестве.	УК-3 УК-6	32 32
25.	Основными формами саморазвития являются:	УК-3	32

	А) самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация; Б) саморегуляция, сознательность, самореализация; В) самонаблюдение, самоидентификация, самопрезентация.	УК-6	32
26.	«Пирамида Маслоу» это: А) памятник архитектуры; Б) карьерный рост; В) иерархия потребностей личности.	УК-3 УК-6	32
27.	«Динамическая система представлений человека о самом себе» называется А) «Я-концепцией» («Образ Я»); Б) зеркальным отражением; В) голосом совести.	УК-3 УК-6	32 32
28.	Непрерывное образование это: А) череда лекций и практических занятий; Б) сочетание учебных и внеучебных занятий; В) процесс роста образовательного (общего и профессионального) потенциала личности в течение всей жизни на основе использования системы государственных и общественных институтов и в соответствии с потребностями личности и общества.	УК-3 УК-6	32 32
29.	Профессиональное выгорание это: А) совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Проявляется в истощении психофизиологических ресурсов, необходимых для успешного выполнения профессиональной деятельности; Б) неспособность поддерживать в себе желание непрестанно добиваться целей; В) увольнение сотрудника.	УК-3 УК-6	32 32
30.	Рефлексией, в частности, профессиональной, называется: А) обращение внимания субъекта на самого себя и на своё сознание, в частности, на продукты собственной активности, а также какое-либо их переосмысление; Б) сбор информации о себе; В) включенность в трудовую деятельность.	УК-3 УК-6	32 32
31.	Одним из компонентов содержания образования является: А) умения и навыки; Б) портфолио (ученика, студента, преподавателя); В) дисциплина.	УК-3 УК-6	32
32.	Включенность в трудовую деятельность является: А) интегральным критерием взрослости; Б) формой самореализации личности; В) формой социального принуждения.	УК-3 УК-6	32 32
33.	Обращение внимания субъекта на самого себя и на своё сознание, в частности, на продукты собственной активности, а также какое-либо их переосмысление называется: А) рефлексией; Б) нарциссизмом; В) реакцией.	УК-3 УК-6	32 32
34.	Самомотивация – это:	УК-3	32

	А) особые приёмы и упражнения, позволяющие запоминать любую информацию и тренировать память; Б) эффективная технология управления и использования времени; В) способность поддерживать в себе желание непрестанно добиваться целей.	УК-6	32
35.	Самоорганизация – это: А) интегральная совокупность природных и социально приобретенных свойств, воплощенная в осознаваемых особенностях воли и интеллекта, мотивах поведения и реализуемая в упорядоченности деятельности и поведения; Б) управляемое сознанием человека достижение определенных благ путем строгого контроля за собой; В) процесс упорядочения элементов за счет внутренних факторов, без специфического внешнего воздействия; Г) фундаментальная способность человека становиться и быть подлинным субъектом своей жизни, превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования.	УК-3 УК-6	32 32
36.	Самоутверждение — это: А) способность человека выделять себя из окружающей действительности, благодаря чему окружающий мир начинает выступать как объективная реальность; Б) специфическая деятельность в рамках саморазвития по обнаружению и подтверждению определенных качеств личности, черт характера, способов поведения и деятельности; В) процесс сознательного управления развитием личности; Г) определение человеком себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев профессионализма.	УК-3 УК-6	32 32
37.	Профессиональное самоопределение — это: А) специфическая деятельность в рамках саморазвития по обнаружению и подтверждению определенных качеств личности, черт характера, способов поведения и деятельности; Б) процесс сознательного управления развитием личности; В) определение человеком себя относительно выработанных в обществе (и принятых данным человеком) критериев профессионализма; Г) способность человека выделять себя из окружающей действительности, благодаря чему окружающий мир начинает выступать как объективная реальность.	УК-3 УК-6	32 32
38.	Самодисциплина – это: А) планирование, организация, мотивация, контроль; Б) процесс непосредственного получения человеком опыта поколений посредством собственных устремлений и самим выбранных средств; В) способность человека управлять собой и своим поведением, выполнять важную работу безо всяких отговорок и следовать тому, что определил для себя как образ жизни; Г) способ планирования, который является альтернативой традиционному подходу к составлению планов.	УК-3 УК-6	32 32

39.	Тайм-менеджмент – это: А) технология владения средствами обучения; Б) способность поддерживать в себе желание непрестанно добиваться целей; В) эффективная технология управления и использования времени; Г) особые приёмы и упражнения, позволяющие запоминать любую информацию и тренировать память.	УК-3	32
		УК-6	32
40.	Функции управления саморазвитием: А) способ планирования, который является альтернативой традиционному подходу к составлению планов; Б) способность человека управлять собой и своим поведением, выполнять важную работу безо всяких отговорок и следовать тому, что определил для себя как образ жизни; В) планирование, организация, мотивация, контроль; Г) процесс непосредственного получения человеком опыта поколений посредством собственных устремлений и самим выбранных средств.	УК-3	32
		УК-6	32
41.	Самоменеджмент – это: А) процесс и результат осуществления человеком своих жизненных сил, возможностей и способностей, своего предназначения в процессе жизни; Б) сознательная целенаправленная деятельность человека по совершенствованию своих положительных качеств и преодолению отрицательных; В) набор методов и приемов по управлению собой, обеспечивающий эффективное достижение личных целей; Г) система внутренней самоорганизации по усвоению опыта поколений, направленной на собственное развитие.	УК-3	32
		УК-6	32
42.	Чтобы стать самоорганизованным человеком, необходимо развивать в себе: А) силу воли, ответственность и обязательность; Б) мужество, внимание, аккуратность усидчивость, терпение, выносливость; В) силу, ловкость, координацию.	УК-3	32
		УК-6	32
43.	Оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств, места среди других людей, – это: А) самоанализ; Б) самопознание; В) самооценка.	УК-3	32
		УК-6	32
44.	Обобщенное представление человека о самом себе – это: А) самооценка; Б) личность; В) Я-концепция.	УК-3	32
		УК-6	32
45.	Признаком субъективности индивида как автора своей жизнедеятельности и биографии является: А) способность к совершению личностных выборов; Б) самоорганизация по усвоению опыта поколений, направленной на собственное развитие; В) способность поддерживать в себе желание непрестанно добиваться целей.	УК-3	32
		УК-6	32

46.	Волевое усилие, предполагающее мобилизацию всех душевных сил человека в сложной ситуации, характерно для метода: А) самоприказа; Б) самопознания; В) самоанализа.	УК-3 УК-6	31 31
47.	Полностью реализовать себя как профессионала позволяет путь А) саморазвития; Б) самопознания; В) самоидентификации.	УК-3 УК-6	32 32
48.	Процесс возникновения у работника чувства некомпетентности в своей профессиональной сфере, осознание неуспеха в ней, это: А) эмоциональное истощение; Б) деперсонализация; В) редукция профессиональных достижений.	УК-3 УК-6	32 32
49.	Вознаграждение, не относящееся к внешней мотивации: А) заработная плата; Б) продвижение по службе; В) значимость труда.	УК-3 УК-6	32 32
50.	Движущими силами профессионального развития личности является: А) среда; Б) наследственность; В) собственная активная деятельность; Г) воспитание.	УК-3 УК-6	32 32
51.	Вставьте недостающее слово в определение (имя существ., един. число). _____ – это совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности.	УК-3	32
52.	Запишите правильный ответ. Стремление субъектов взаимодействия идти на взаимные уступки и реализовывать свои интересы с учетом интересов противоположной стороны, называется _____.	УК-3	32
53.	Запишите правильный ответ. Стремление субъектов взаимодействия к поиску альтернатив, полностью удовлетворяющих интересы обеих сторон, называется _____.	УК-3	32
54.	Запишите правильный ответ. Человек, который в командной работе выводит команду из состояния равновесия, носит название _____ (по классификации командных ролей) _____.	УК-3	32
55.	Запишите правильный ответ. Люди, которые после неудачи проявляют больший интерес к деятельности, стремятся вернуться к нерешенной задаче, имеют мотивацию достижения _____.	УК-3	32
56.	Запишите правильный ответ. Одно из отличий команды от группы – это _____ ролей, что позволяет ей более эффективно решать задачи.	УК-3	32
57.	Запишите правильный ответ. _____ план развития (ИПР) – это комплекс мер по развитию сотрудника	УК-3	32

	для повышения его эффективности.		
58.	Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число). Непрерывное _____ это процесс роста образовательного (общего и профессионального) потенциала личности в течение всей жизни на основе использования системы государственных и общественных институтов и в соответствии с потребностями личности и общества.	УК-3	32
59.	Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число). Профессиональное _____ – совокупность негативных переживаний, связанных с работой, коллективом и всей организацией в целом. Проявляется в истощении психофизиологических ресурсов, необходимых для успешного выполнения профессиональной деятельности.	УК-3	32
60.	Запишите правильный ответ. Совокупность устойчивых мотивов, определяющих поведение личности независимо от конкретных условий, есть:	УК-3	32
61.	Запишите правильный ответ. Осознаваемый результат, на достижение которого направлено поведение называется:	УК-3	32
62.	Запишите правильный ответ. Прежде всего, нужно отметить, что _____ целей – это перечень задач, созданный по принципу иерархии и имеющий чёткую структуру. Здесь работает следующий принцип: более низкие задачи являются основой для достижения более высоких, а в самом верху пирамиды находится главная, генеральная цель. Поэтому для восхождения к вершине необходимо разложить её на более мелкие задания, совокупное прохождение которых способствует достижению главной установки.	УК-3	32
63.	Запишите правильный ответ. Психологическое препятствие на пути адекватной передачи информации между партнерами по общению является _____ барьер.	УК-3	32
64.	Вставь недостающее слово в определение (имя существ., един. число). Оценивание собственных личностных качеств, чувств, достоинств и демонстрирование их окружающим – это _____ личности.	УК-6	32
65.	Запишите правильные ответы. Необходимыми качествами для построения карьеры являются общительность, доброжелательность и _____:	УК-6	32
66.	Запишите правильный ответ. _____ карьерного потенциала позволяет руководителю и работнику обсудить и связать прошлое исполнение, интересы карьеры и потребности в повышении квалификации в последовательный план карьерного продвижения.	УК-6	32
67.	Запишите правильный ответ. Процесс и принцип формирования личности, предусматривающий создание таких систем образования, которые открыты для людей любого возраста, способствуют его развитию, вовлекают его в процесс овладения знаниями, умениями, навыками и способами поведения (общения) в течение всей жизни – это _____ образование.	УК-6	32
68.	Запишите правильный ответ. Основаниями для составления плана развития карьеры является _____ на карье-	УК-6	32

	ру.		
69.	Запишите правильный ответ. Инструменты _____ позволяют: управлять собственными временными ресурсами, вовремя выполнять и сдавать работу, бороться с собственной неэффективностью.	УК-6	32
70.	Вставь недостающее слово в определение (имя существ., мн. число). _____ рассматривается как: особая форма развития, при которой на первый план выдвигаются самодетерминированность и самоуправляемость качественных индивидуальных и личностных преобразований, достигающих полноты своего осуществления.	УК-6	32
71.	Запишите правильный ответ. Периодическое приобретение специализированных знаний и навыков в различных областях согласно вашим конкретным целям. Перманентное формирование и поддержание комплексной непротиворечивой системы собственных долгосрочных и среднесрочных целей. Стратегический подход к жизни. Это направления _____.	УК-6	32
72.	Запишите правильный ответ. Осознание индивидом собственных потребностей, способностей, мотивов поведения, мыслей – это _____ личности.	УК-6	32
73.	Запишите правильный ответ. Неоценимую помощь в саморазвитии и личностном росте может оказать ведение личного _____, в котором человек анализирует прожитый день, оценивает свои действия, видит свои ошибки. Также при длительном ведении _____ можно увидеть результаты своей работы, изменение личностных качеств.	УК-6	32
74.	Запишите правильный ответ. Метод постановки _____ помогает человеку определиться со своими желаниями, которых он хочет достичь в результате личностного и профессионального становления.	УК-6	32
75.	Запишите правильный ответ. Если мы _____ своей карьерой, то становится понятно, куда, как и зачем мы движемся. Мы ставим краткосрочные и долгосрочные цели и достигаем их. Развиваемся и растём, становясь востребованным специалистом в любом возрасте.	УК-6	32
76.	Запишите правильный ответ. Наиболее важное личностно-профессиональное качество – это _____.	УК-6	32

5.3.2.2. Вопросы для устного опроса

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Каковы представления о мотивации личности к саморазвитию в зарубежных концепциях?	УК-3 УК-6	32 32
2.	Каковы представления о мотивации личности к саморазвитию в отечественных концепциях?	УК-3 УК-6	32 32
3.	Как понимается «саморазвитие личности» в разных психологических концепциях?	УК-3 УК-6	32 32
4.	Раскройте содержание понятий «саморазвитие», «самоактуализация», «самореализация», «самотрансценденция».	УК-3 УК-6	32 32

5.	Раскройте содержание понятий «образ жизни личности и ее жизненный путь», «жизненные перспективы».	УК-3 УК-6	32 32
6.	Раскройте суть идей о движущих силах и условиях саморазвития личности в различных концепциях.	УК-3 УК-6	32 32
7.	Что такое самосознание личности, Я-концепция, самоидентичность?	УК-3 УК-6	32 32
8.	Как соотносятся понятия «ценности» и «ценностные ориентации» личности?	УК-3 УК-6	32 32
9.	Раскройте содержание понятий «самопринятие» и «самопрогнозирование».	УК-3 УК-6	32 32
10.	Как проявляется готовность личности к жизненному и профессиональному самоопределению и саморазвитию?	УК-3 УК-6	32 32
11.	Что такое тайм-менеджмент?	УК-3 УК-6	32 32
12.	Какие техники тайм-менеджмента вы используете в повседневной жизни и (или) в процессе обучения?	УК-3 УК-6	32 32
13.	Что такое самоменеджмент?	УК-3 УК-6	32 32
14.	Назовите методы и техники самоменеджмента.	УК-3 УК-6	32 32
15.	Проанализируйте известные вам способы повышения личной эффективности.	УК-3 УК-6	32 32
16.	Как проявляется мотивация самосовершенствования?	УК-3 УК-6	32 32
17.	В чем состоит проблема самоактуализации в теории А. Маслоу.	УК-3 УК-6	32 32
18.	Как осуществляется мотивация отдельных видов деятельности?	УК-3 УК-6	32 32
19.	Возможна ли переоценка ценностей на жизненном пути.	УК-3 УК-6	32 32
20.	Дайте определение и характеристику понятиям «профессиональное качество» и «смысл профессиональной деятельности».	УК-3 УК-6	32 32
21.	В чем заключается профилактика профессионального выгорания личности.	УК-3 УК-6	32 32
22.	Охарактеризуйте непрерывное образование как философско-педагогическую концепцию.	УК-3 УК-6	32 32
23.	В чем Вы видите смысл неудачи, как мотивации личностного роста?	УК-3 УК-6	32 32
24.	Обоснуйте критерии личностного роста.	УК-3 УК-6	32 32
25.	Что является движущими силами профессионального развития личности?	УК-3 УК-6	32 32

5.3.2.3. Задачи для проверки умений и навыков

№	Содержание	Компетенция	ИДК
1.	Студент первого курса обучения, обратившись в психологическую службу вуза, жалуется на нехватку времени для подготовки к семинарским занятиям и предстоящей сессии, же-	УК-3	У2 Н2

	ление «бросить учебу». Смоделируйте возможные варианты беседы. Какие техники тайм-менеджмента и само-менеджмента можно ему предложить?	УК-6	У2 Н2
2.	Молодой человек стремится найти свое предназначение в жизни, периодически составляет списки целей и задач, намечая и записывая пути их достижения. Однако в его реальной жизни эти цели и задачи оказываются в большинстве случаев нереализованными. Какие ошибки может допускать молодой человек при таком планировании?	УК-3 УК-6	У2 Н2 У2 Н2
3.	Молодая женщина, 30 лет, высшее образование, десять лет работает специалистом по социальной работе. В последнее время чувствует усталость, ее раздражает «бессмысленность работы» и «люди с их постоянными проблемами». Определите возможные психологические проблемы и их причины.	УК-3 УК-6	У2 Н2 У2 Н2
4.	Напишите перечень личностных свойств и распределите их по группам в соответствии с психологической структурой личности: познавательная сфера, потребностно-мотивационная сфера, эмоциональная сфера, волевая сфера, способности, характер, самосознание.	УК-3 УК-6	У2 Н2 У2 Н2
5.	Из приведенных примеров выберите те, которые характеризует поведение человека как индивида и как личности. Обоснуйте ответы. - Сотрудник рассказывает коллеге, как он распределяет рабочее время. - У студента К. прекрасная дикция и приятный голос. - Девушка отличается выразительной мимикой, резкими движениями и быстрой походкой.	УК-3 УК-6	У2 Н2 У2 Н2
6.	Ваш коллега неудачно выполнил какое-то задание, потерпел поражение, вследствие чего потерял веру в себя, разочаровался и не желает также интенсивно, как раньше, заниматься этим делом или учебным предметом. Что бы Вы ему сказали? Каким образом можно не только успокоить, но и побудить, вдохновить его на работу и достижения?	УК-3 УК-6	У2 Н2 У2 Н2
7.	Вас назначили начальником отстающего отдела крупной организации. Вы изучили сложившуюся здесь обстановку и решили провести собрание. Надо подготовиться к выступлению перед ним. Как бы Вы построили свое выступление?	УК-3 УК-6	У2 Н2 У2 Н2
8.	Изобразите наглядно-графически классификацию потребностей А. Маслоу, Дж. Роттера, К. Альдерфера. Добавьте пояснения. Какой теории придерживаетесь Вы? Ответ обоснуйте.	УК-3 УК-6	У2 Н2 У2 Н2

5.3.2.4. Перечень тем докладов

№ п/п	Тема доклада
1.	Анализ потребностей личности (на примере литературного героя).
2.	Анализ потребностей личности (на примере героя кинофильма).
3.	Особенности образования взрослых.

4.	Формы образования взрослых.
5.	Жизненный опыт как стимул к развитию.
6.	Взгляд на природу человека в психоанализе З. Фрейда.
7.	Взгляд на природу человека в индивидуальной психотерапии А. Адлера.
8.	Взгляд на природу человека в логотерапии В. Франкла.
9.	Взгляд на природу человека в экзистенциальной терапии И. Ялома.
19.	Самоактуализация личности в теории А. Маслоу.
11.	Понимание человека в концепции К. Роджерса.
12.	Жизненный путь человека в концепции Ш. Бюлер.
13.	Самораскрытие и доверие личности в работах С. Джуард.
14.	Модель «свобода-судьба» Э. Лукас.
15.	Понимание человека в концепции Р. Мэй.
16.	Понимание человека в концепции Дж. Бьюджентала.
17.	Модель личности в концепции Л. Бинсвангера.
18.	Личность, мотивация и смысл в работах Д.А. Леонтьева.
19.	Личность и стратегия жизни в работах К.А. Абульхановой-Славской.
20.	Понимание психологии, личности и духовности в работах Е.Ф. Василюка.
21.	Психология развития человека в работах В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева.
22.	Нравственные ориентиры и ценности как компоненты направленности личности.
23.	Биологическое, психологическое, социальное и духовное измерение личности.
24.	Психическое здоровье человека в концепции Б.С. Братуся.
25.	Роль саморазвития и самообразования в современном мире.
26.	Роль самообразования в профессии ...
27.	Свобода и ответственность личности.
28.	Мультизадачность современного человека – миф или реальность?
29.	Психология успеха и счастья: достоинства и ограничения.
30.	Особенности самопознания и саморазвития в детском возрасте.
31.	Самопознание и саморазвитие во взрослости.
32.	Самопознание и саморазвитие в пожилом возрасте.
33.	Само-менеджмент и тайм-менеджмент.
34.	Акме как вершина профессиональных достижений.

5.3.2.5. Вопросы для контрольной (расчетно-графической) работы – «Не предусмотрены»

5.4. Система оценивания достижения компетенций

5.4.1. Оценка достижения компетенций в ходе промежуточной аттестации

УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели					
Индикаторы достижения компетенции УК-3		Номера вопросов и задач			
Код	Содержание	вопросы к экзамену	задачи к экзамену	вопросы к зачету	вопросы по курсовому проекту (работе)
32	психологические принципы организации и руководства командной	-	-	1-25	-

	работой.				
У2	определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии.	-	-	11; 21-25	-
Н2	использования стратегий и технологий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели.	-	-	-	-
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки					
Индикаторы достижения компетенции УК-6		Номера вопросов и задач			
Код	Содержание	вопросы к экзамену	задачи к экзамену	вопросы к зачету	вопросы по курсовому проекту (работе)
32	приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования	-	-	7-20; 22-25	-
У2	самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста.	-	-	22-25	-
Н2	использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления.	-	-	-	-

5.4.2. Оценка достижения компетенций в ходе текущего контроля

УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели				
Индикаторы достижения компетенции УК-3		Номера вопросов и задач		
Код	Содержание	вопросы тестов	вопросы устного опроса	задачи для проверки умений и навыков
32	психологические принципы организации и руководства командной работой.	1-50, 51-63	1-25	-
У2	определять приоритеты личностного роста и способы совершенствования деятельности коллег в процессе выработки командной стратегии.	-	-	1-8
Н2	использования стратегий и техно-	-	-	1-8

	логий саморазвития и управления личностными ресурсами членов команды для достижения поставленной цели.			
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки				
Индикаторы достижения компетенции УК-6		Номера вопросов и задач		
Код	Содержание	вопросы тестов	вопросы устного опроса	задачи для проверки умений и навыков
32	приоритеты собственной деятельности и способы их совершенствования.	6; 8-19; 21-50, 64-76	1-25	-
У2	самостоятельно организовывать собственную деятельность на основе самооценки личностных возможностей с учетом перспектив карьерного роста.	-	-	1-8
Н2	использования приемов и техники саморазвития в процессе личностного и профессионального становления.	-	-	1-8

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Рекомендуемая литература

№	Библиографическое описание	Тип издания	Вид учебной литературы
1	Абдалина Л. В. Развитие личности как субъекта деятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л. В. Абдали-на, Л. Х. Егорова, Н. А. Уточкин, Б. И. Тенюшев, С. В. Лев-чук, А. А. Кузина, Н. А. Коваль, В. В. Комаров - Тамбов: ТГУ им. Г.Р.Державина, 2019 - 158 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: https://e.lanbook.com/book/137557	Учебное	Основная
2	Базылевич Т. Ф. Психология высших достижений личности (психоакмеология) [электронный ресурс]: Монография / Т. Ф. Базылевич - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2021 - 330 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: https://znanium.com/catalog/document?id=374983	Учебное	Основная
3	Байлук В. В. Самопознание и саморазвитие личности в их взаимосвязи [Электронный ресурс]: монография / В. В. Бай-лук - Екатеринбург: ЕАСИ, 2019 - 135 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: https://e.lanbook.com/book/136355	Учебное	Дополнительная
4	Габдулина Л. И. Аксиологическая психология личности: тео-рия и практика [электронный ресурс]: Учебное пособие / Л. И. Габдулина - Ростов-на-Дону: Издательство Южного феде-рального университета (ЮФУ), 2017 - 142 с. [ЭИ] [ЭБС Зна-ниум] URL: https://znanium.com/catalog/document?id=330624	Учебное	Дополнительная

5	Минюрова С. А. Психология самопознания и саморазвития [Электронный ресурс]: учебник / С. А. Минюрова - Екатеринбург: УрГПУ, 2013 - 316 с. [ЭИ] [ЭБС Лань] URL: https://e.lanbook.com/book/129361	Учебное	Дополнительная
6	Пикулева О. А. Психология самопрезентации личности [электронный ресурс]: Монография / О. А. Пикулева - Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2023 - 320 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: https://znanium.com/catalog/document?id=420686	Учебное	Дополнительная
7	Психология личности: пребывание в изменении [электронный ресурс]: Монография / Н. В. Гришина - Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2019 - 576 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: https://znanium.com/catalog/document?id=374006	Учебное	Дополнительная
8	Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: курс лекций для обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/books/b168730.pdf	Учебное	Дополнительная
9	Щукина М. А. Психология саморазвития личности [электронный ресурс]: Монография / М. А. Щукина - Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2015 - 348 с. [ЭИ] [ЭБС Знаниум] URL: https://znanium.com/catalog/document?id=302332	Учебное	Дополнительная
10	Психология современного саморазвития [Электронный ресурс]: методические указания для самостоятельной работы обучающихся очной и заочной форм обучения (уровень магистратура) / Воронежский государственный аграрный университет ; [сост. О. Н. Князева ; под общ. ред. Г. М. Щевелевой] - Воронеж: Воронежский государственный аграрный университет, 2021 [ПТ] URL: http://catalog.vsau.ru/elib/metod/m163377.pdf	Методическое	-
11	Вестник Воронежского государственного аграрного университета: теоретический и научно-практический журнал / Воронеж. гос. аграр. ун-т - Воронеж: ВГАУ, 1998-	Периодическое	
12	Развитие личности / Учредитель: Московский педагогический государственный университет - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2020 [ЭИ] URL: https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=9027	Периодическое	
13	Социально-гуманитарные знания: научно-образовательный журнал / учредители: Министерство образования и науки РФ, Редакция журнала - Москва: редакция журнала "Социально-гуманитарные знания", 1999-	Периодическое	

6.2. Ресурсы сети Интернет

6.2.1. Электронные библиотечные системы

№	Название	Размещение
1	Лань	https://e.lanbook.com
2	ZNANIUM.COM	http://znanium.com/
3	ЮРАЙТ	http://www.biblio-online.ru/
4	IPRbooks	http://www.iprbookshop.ru/
5	E-library	https://elibrary.ru/
6	Электронная библиотека ВГАУ	http://library.vsau.ru/

6.2.2. Профессиональные базы данных и информационные системы

№	Название	Адрес доступа
1	Портал открытых данных РФ	https://data.gov.ru/
2	Справочная правовая система Гарант	http://www.consultant.ru/
3	Справочная правовая система Консультант Плюс	http://ivo.garant.ru

6.2.3. Сайты и информационные порталы

№	Название	Размещение
1	Научно-популярный психологический портал	https://psychojournal.ru/
2	Мир психологии	http://psychology.net.ru/articles

7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

7.1. Помещения для ведения образовательного процесса и оборудование

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
--	--

Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование, учебно-наглядные пособия лекционного типа.	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Тимирязева, 13, а.13
Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия, презентационное оборудование, используемое программное обеспечение MS Windows, Office MS Windows, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, ALT Linux, LibreOffice, AST Test	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Тимирязева, 13, а.218
Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, используемое программное обеспечение MS Windows, Office MSWindows, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, ALT Linux, LibreOffice, AST Test	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Тимирязева, 13, а.315
Учебная аудитория для проведения учебных занятий: комплект учебной мебели, демонстрационное оборудование, учебно-наглядные пособия	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Тимирязева, 13, а.310
Помещение для самостоятельной работы: комплект учебной мебели, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, используемое программное обеспечение MS Windows, Office MS Windows, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, ALT Linux, LibreOffice, AST Test	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Тимирязева, 13, а.321
Помещение для самостоятельной работы: комплект учебной мебели, компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, используемое программное обеспечение MS Windows, Office MS Windows, DrWeb ES, 7-Zip, MediaPlayer Classic, Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Internet Explorer, ALT Linux, LibreOffice, AST Test	394087, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Мичурина, 1, а. 232а (с 16 до 20 ч)

7.2. Программное обеспечение

7.2.1. Программное обеспечение общего назначения

№	Название	Размещение
1	Операционные системы MS Windows /Linux /Ред ОС	ПК в локальной сети ВГАУ
2	Пакеты офисных приложений MS Office / OpenOffice/LibreOffice	ПК в локальной сети ВГАУ
3	Программы для просмотра файлов Adobe Reader / DjVu Reader	ПК в локальной сети ВГАУ

4	Браузеры Яндекс Браузер / Mozilla Firefox / Microsoft Edge	ПК в локальной сети ВГАУ
5	Антивирусная программа DrWeb ES	ПК в локальной сети ВГАУ
6	Программа-архиватор 7-Zip	ПК в локальной сети ВГАУ
7	Мультимедиа проигрыватель MediaPlayer Classic	ПК в локальной сети ВГАУ
8	Платформа онлайн-обучения eLearning server	ПК в локальной сети ВГАУ
9	Система компьютерного тестирования AST Test	ПК в локальной сети ВГАУ

7.2.2. Специализированное программное обеспечение – Не предусмотрено

8. Междисциплинарные связи

Дисциплина, с которой необходимо согласование	Кафедра, на которой преподается дисциплина	ФИО заведующего кафедрой
Б1.О.04 Коммуникативные технологии профессионального общения.	Русского и иностранных языков	Данькова Т.Н.
Б1.О.06 Основы межкультурного взаимодействия.	гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права	Филоненко Н.В.

Приложение 1
Лист периодических проверок рабочей программы
и информация о внесенных изменениях

Должностное лицо, проводившее проверку: Ф.И.О., должность	Дата	Потребность в корректировке с указанием соответствующих разделов рабочей программы	Информация о внесенных изменениях
Врио зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол №3 от 05.05.2022	Все страницы с названием кафедры Рабочая программа актуализирована для 2022-2023 учебного года	В связи с переименованием с 1 марта 2022 г. кафедры гуманитарных дисциплин, гражданского и уголовного права в кафедру истории, философии и социально-политических дисциплин (Приказ № 5-123 от 10.12.2021 г.) внесены коррективы в пункты с наименованием кафедры
Врио зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 3 от 05.05.2022 г.	Есть 3. Объем дисциплины и виды работ, 3.1 Очная форма обучения, 3.2. Заочная форма обучения	В связи с изменением учебного плана на 2022-2023 г. скорректированы объем часов и виды работ
Врио зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 3 от 05.05.2022 г.	Есть 4.2. Распределение контактной и самостоятельной работы при подготовке к занятиям по подразделам 4.2.1. Очная форма обучения, 4.2.2. Заочная форма обучения	В связи с изменением учебного плана на 2022-2023 г. скорректированы объем часов контактной работы и самостоятельной работы
Врио зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 3 от 05.05.2022 г.	Есть 4.3. Перечень тем и учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся	В связи с изменением учебного плана на 2022-2023 г. скорректирован объем часов самостоятельной работы
Врио зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 3 от 05.05.2022 г.	Есть 7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины, п. 7.1. Помещения для ведения образовательного процесса и оборудование	Заменено «Google Chrome» на «Яндекс Браузер»
Врио зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 3 от 05.05.2022 г.	Есть 7.2.1 Программное обеспечение общего назначения	Внесены уточнения по программному обеспечению

Должностное лицо, проводившее проверку: Ф.И.О., должность	Дата	Потребность в корректировке с указанием соответствующих разделов рабочей программы	Информация о внесенных изменениях
Врио зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 3 от 05.05.2022 г.	Есть Рабочая программа актуализирована на 2022/2023 учебный год	Скорректированы: п. 3, 3.1, 3.2; п. 4, 4.2; п. 7.1, табл. 7.2.1
Зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 12 от 15.06.2023 г.	Есть Рабочая программа актуализирована на 2023/2024 учебный год	Скорректированы: п. 5.3.2.1, п. 5.4.2, п. 6.1, п. 7.1
Зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 10 от 11.06.2024 г.	Нет Рабочая программа актуализирована на 2024/2025 учебный год	—
Зав. кафедрой истории, философии и социально-политических дисциплин С.А. Иконников	Протокол № 09 от 13.05.2025 г.	Нет Рабочая программа актуализирована на 2025/2026 учебный год	—