

Подписано цифровой подписью: АНОО ВО
"СИБИТ"

Причина: Я утвердил этот документ
DN: ИНН ЮЛ=7707329152, E=uc@tax.gov.ru,
ОГРН=1047707030513, C=RU, S=77 Москва, L=г.
Москва, STREET="ул. Неглиная, д. 23",
O=Федеральная налоговая служба, CN=Федеральная
налоговая служба

УТВЕРЖДЕНО:

Ректор

Родионов М. Г.

(протокол от 29.01.2025 № 5)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА»**

Уровень высшего образования: бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки: Психология образования

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Формы обучения: очная, очно-заочная, заочная

Год набора (приема на обучение): 2025

Срок получения образования: Очная форма обучения – 4 года
Очно-заочная форма обучения – 4 года 6 месяца(-ев)
Заочная форма обучения – 4 года 6 месяца(-ев)

Объем: в зачетных единицах: 3 з.е.
в академических часах: 108 ак.ч.

г. Омск, 2025

Разработчики:

Доцент, департамент очного обучения, кандидат психологических наук, доцент Шамис В. А.

**Рецензенты:**

Пинигин В.Г., кандидат психологических наук, доцент, ЧУВОО "Омская гуманитарная академия"

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденного приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 122, с учетом трудовых функций профессиональных стандартов: "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)", утвержден приказом Минтруда России от 18.10.2013 № 544н; "Педагог-психолог (психолог в сфере образования)", утвержден приказом Минтруда России от 24.07.2015 № 514н; "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержден приказом Минтруда России от 22.09.2021 № 652н; "Специалист в области воспитания", утвержден приказом Минтруда России от 30.01.2023 № 53н; "Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере", утвержден приказом Минтруда России от 18.06.2020 № 352н; "Психолог в социальной сфере", утвержден приказом Минтруда России от 14.09.2023 № 716н.

Согласование и утверждение

№	Подразделение или коллегиальный орган	Ответственное лицо	ФИО	Виза	Дата, протокол (при наличии)
1		Руководитель образовательной программы	Ширяев С. В.	Согласовано	29.01.2025, № 5

Содержание

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)
2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы
3. Место дисциплины в структуре ОП
4. Объем дисциплины и виды учебной работы
5. Содержание дисциплины
 - 5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий
 - 5.2. Содержание разделов, тем дисциплины
6. Рекомендуемые образовательные технологии
7. Оценочные материалы текущего контроля
8. Оценочные материалы промежуточной аттестации
9. Порядок проведения промежуточной аттестации
10. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины
 - 10.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы
 - 10.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся
 - 10.3. Программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине
 - 10.4. Специальные помещения, лаборатории и лабораторное оборудование
11. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины - Формирование способности решать личностные задачи в процессе реализации индивидуальной образовательной траектории

Задачи изучения дисциплины:

- развить способность определять стратегии и достижения личностных целей в процессе реализации индивидуальной образовательной траектории;
- развитие умения оценивать свои потребности, перспективы, интересы, усилия в решении личностных задач с целью формирования индивидуальной образовательной траектории;
- формирование умений и навыков владения методами решения личностных задач в процессе реализации индивидуальной образовательной траектории.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенции, индикаторы и результаты обучения

УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

УК-6.1 Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, исходя из требований рынка труда.

Знать:

УК-6.1/Зн3 Основные приемы, применяемые в психологии развития

УК-6.1/Зн8 Основные принципы самовоспитания и саморазвития

УК-6.1/Зн9 Основные траектории личностного роста через самовоспитание и саморазвитие

УК-6.2 Умеет демонстрировать самоконтроль и рефлекссию, позволяющие самостоятельно корректировать обучение по выбранной траектории.

Уметь:

УК-6.2/Ум1 Применять приемы самоконтроля

УК-6.2/Ум8 Демонстрировать методы и приемы рефлексии личностного роста

УК-6.2/Ум9 Разрабатывать и корректировать траекторию личностного развития

ОПК-4 Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей

ОПК-4.1 Знает основы духовно-нравственного воспитания обучающихся; психолого-педагогические основы программ воспитательной работы с обучающимися

Знать:

ОПК-4.1/Зн3 Психолого-педагогические принципы разработки программ воспитательной работы с обучающимися

ОПК-4.1/Зн10 Подходы духовно-нравственного воспитания обучающихся как условие личностного роста

ОПК-4.1/Зн11 Приемы формирования основ духовно-нравственного воспитания обучающихся, способствующие их личностному росту

ОПК-4.2 Умеет учитывать социокультурную ситуацию при реализации программ духовно-нравственного воспитания обучающихся; реализует программы воспитания и социализации обучающихся, воспитанников

Уметь:

- ОПК-4.2/Ум1 Применять методы оценки социокультурной ситуации при реализации программ духовно-нравственного воспитания обучающихся
- ОПК-4.2/Ум2 Применять подходы к разработке и реализации программы воспитания и социализации обучающихся, воспитанников
- ОПК-4.2/Ум3 Применять методы оценки социокультурной ситуации при реализации программ духовно-нравственного воспитания обучающихся «группы риска»
- ОПК-4.2/Ум4 Применять подходы к разработке и реализации программы воспитания и социализации обучающихся, воспитанников «группы риска»
- ОПК-4.2/Ум5 Анализировать и применять методы оценки социокультурной ситуации при реализации программ духовно-нравственного воспитания обучающихся
- ОПК-4.2/Ум6 Анализировать программы воспитательной работы с обучающимися в истории образования

3. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина (модуль) «Психология личностного роста» относится к обязательной части образовательной программы и изучается в семестре(ах): Очная форма обучения - 7, Очно-заочная форма обучения - 7, Заочная форма обучения - 7.

Предшествующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

- История педагогики и образования;
- Педагогическая практика;
- Педагогическая психология;
- Психология личности;
- Психология развития и возрастная психология;
- Социальная педагогика;
- Учебно-воспитательный семинар;

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

- Выполнение и защита выпускной квалификационной работы;
- Преддипломная практика;
- Технологическая (проектно-технологическая) практика;
- Учебно-воспитательный семинар;

В процессе изучения дисциплины студент готовится к решению типов задач профессиональной деятельности, предусмотренных ФГОС ВО и образовательной программой.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

Период обучения	Общая трудоемкость (часы)	Общая трудоемкость (ЗЕТ)	Контактная работа (часы, всего)	Консультации (часы)	Лекционные занятия (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация (часы)

Седьмой семестр	108	3	56	2	18	36	43	Зачет (9)
Всего	108	3	56	2	18	36	43	9

Очно-заочная форма обучения

Период обучения	Общая трудоемкость (часы)	Общая трудоемкость (ЗЕТ)	Контактная работа (часы, всего)	Консультации (часы)	Лекционные занятия (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация (часы)
Седьмой семестр	108	3	38	2	12	24	66	Зачет (4)
Всего	108	3	38	2	12	24	66	4

Заочная форма обучения

Период обучения	Общая трудоемкость (часы)	Общая трудоемкость (ЗЕТ)	Контактная работа (часы, всего)	Консультации (часы)	Лекционные занятия (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация (часы)
Седьмой семестр	108	3	8	2	2	4	96	Зачет (4)
Всего	108	3	8	2	2	4	96	4

5. Содержание дисциплины

5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий

(часы промежуточной аттестации не указываются)

Очная форма обучения

Наименование раздела, темы	Всего	Консультации	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Планируемые результаты обучения, соответствующие результатам освоения программы
Раздел 1. Психология личностного роста	99	2	18	36	43	УК-6.1 УК-6.2

Тема 1.1. Сущность и цели профессионально-личностного саморазвития	16		3	6	7	ОПК-4.1 ОПК-4.2
Тема 1.2. Самосознание как основа личностного роста	16		3	6	7	
Тема 1.3. Развитие когнитивной сферы	16		3	6	7	
Тема 1.4. Эмоционально-волевые аспекты саморазвития	16		3	6	7	
Тема 1.5. Нравственное саморазвитие личности	17		3	6	8	
Тема 1.6. Коммуникативные навыки и их развитие	18	2	3	6	7	
Итого	99	2	18	36	43	

Очно-заочная форма обучения

Наименование раздела, темы	Всего	Консультации	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Планируемые результаты обучения, соотношенные с результатами освоения программы
Раздел 1. Психология личностного роста	104	2	12	24	66	УК-6.1 УК-6.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2
Тема 1.1. Сущность и цели профессионально-личностного саморазвития	17		2	4	11	
Тема 1.2. Самосознание как основа личностного роста	17		2	4	11	
Тема 1.3. Развитие когнитивной сферы	17		2	4	11	
Тема 1.4. Эмоционально-волевые аспекты саморазвития	17		2	4	11	
Тема 1.5. Нравственное саморазвитие личности	17		2	4	11	
Тема 1.6. Коммуникативные навыки и их развитие	19	2	2	4	11	
Итого	104	2	12	24	66	

Заочная форма обучения

Наименование раздела, темы		Консультации	Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Планируемые результаты обучения, соотношенные с результатами освоения программы
----------------------------	--	--------------	--------------------	----------------------	------------------------	---

	Всего	Консул	Лекции	Практи	Самост	Планир обучен результ програ
Раздел 1. Психология личностного роста	104	2	2	4	96	УК-6.1 УК-6.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2
Тема 1.1. Сущность и цели профессионально-личностного саморазвития	16				16	
Тема 1.2. Самосознание как основа личностного роста	16				16	
Тема 1.3. Развитие когнитивной сферы	18			2	16	
Тема 1.4. Эмоционально-волевые аспекты саморазвития	16				16	
Тема 1.5. Нравственное саморазвитие личности	18			2	16	
Тема 1.6. Коммуникативные навыки и их развитие	20	2	2		16	
Итого	104	2	2	4	96	

5.2. Содержание разделов, тем дисциплин

Раздел 1. Психология личностного роста

Тема 1.1. Сущность и цели профессионально-личностного саморазвития

Личность как субъект отношений и деятельности. Профессионально-личностный рост-процесс и результат деятельности. Непрерывное образование как ключевой фактор профессионально-личностного роста в современном мире. Понятие Soft Skills и их роль в профессиональной деятельности и карьере.

Тема 1.2. Самосознание как основа личностного роста

Основные элементы самосознания. Мировоззрение как основа саморазвития. Социальная и личностная идентичность. Сущность и структура я-концепции. Самооценка и уровень притязаний.

Тема 1.3. Развитие когнитивной сферы

Внимание, его функции, виды, приемы сосредоточения внимания. Память и ее место в системе познавательных процессов. Креативное мышление, приемы его развития.

Тема 1.4. Эмоционально-волевые аспекты саморазвития

Эмоционально-волевая сфера личности. Эмоциональная стабильность и эмоциональный интеллект. Уровень тревожности. Волевые качества личности. Управление временем: принципы и методы.

Тема 1.5. Нравственное саморазвитие личности

Нравственные основы личности, их развитие в ходе социализации. Ценностные ориентации личности, система ценностей и способы ее формирования. Этика в профессиональной деятельности.

Тема 1.6. Коммуникативные навыки и их развитие

Выбор стратегий взаимодействия. Барьеры коммуникации и их преодоление. Механизмы совершенствования межличностного восприятия и взаимопонимания.

6. Рекомендуемые образовательные технологии

При преподавании дисциплины применяются разнообразные образовательные технологии в зависимости от вида и целей учебных занятий.

Теоретический материал излагается на лекционных занятиях в следующих формах:

- проблемные лекции;
- лекция-беседа;
- лекции с разбором практических ситуаций.

Семинарские занятия по дисциплине ориентированы на закрепление теоретического материала, изложенного на лекционных занятиях, а также на приобретение дополнительных знаний, умений и практических навыков осуществления профессиональной деятельности посредством активизации и усиления самостоятельной деятельности обучающихся.

Большинство практических занятий проводятся с применением активных форм обучения, к которым относятся:

- 1) устный опрос студентов с элементами беседы и дискуссии по вопросам, выносимым на практические занятия;
- 2) групповая работа студентов, предполагающая совместное обсуждение какой-либо проблемы (вопроса) и выработку единого мнения (позиции) по ней (метод группового обсуждения, круглый стол);
- 3) контрольная работа по отдельным вопросам, целью которой является проверка знаний студентов и уровень подготовленности для усвоения нового материала по дисциплине.

На семинарских занятиях оцениваются и учитываются все виды активности студентов: устные ответы, дополнения к ответам других студентов, участие в дискуссиях, работа в группах, инициативный обзор проблемного вопроса, письменная работа.

7. Порядок проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация: Очная форма обучения, Зачет, Седьмой семестр.

- 1) Работа с тестовыми заданиями
- 2) Выполнение письменной работы

Промежуточная аттестация: Очно-заочная форма обучения, Зачет, Седьмой семестр.

- 1) Работа с тестовыми заданиями
- 2) Выполнение письменной работы

Промежуточная аттестация: Заочная форма обучения, Зачет, Седьмой семестр.

- 1) Работа с тестовыми заданиями
- 2) Выполнение письменной работы

8. Оценочные материалы текущего контроля

Раздел 1. Психология личностного роста

Контролируемые ИДК: ОПК-4.1 ОПК-4.2 УК-6.1 УК-6.2

Тема 1.1. Сущность и цели профессионально-личностного саморазвития

Форма контроля/оценочное средство: Посещение и работа на лекционных и практических занятиях

Вопросы/Задания:

1. Посещение занятий:

- а) посещение лекционных и практических занятий;
- б) соблюдение дисциплины.

2. Работа на лекционных занятиях:

Контрольные вопросы:

- 1. Личность как субъект отношений и деятельности;
- 2. Профессионально-личностный рост - процесс и результат деятельности;
- 3. Непрерывное образование как ключевой фактор профессионально-личностного роста в современном мире;
- 4. Понятие soft skills и их роль в профессиональной деятельности и карьере.

3. Работа на практических занятиях:

Практическое занятие №1

Контрольные вопросы:

Каковы основные характеристики личности как субъекта отношений и деятельности?

В чем заключается различие между личностным и профессиональным ростом?

Какие этапы включает процесс профессионально-личностного роста?

Каковы результаты, которых можно достичь в ходе профессионально-личностного роста?

Почему непрерывное образование считается ключевым фактором для профессионально-личностного роста?

Как современные тенденции в образовании влияют на непрерывное обучение?

Что такое soft skills и как они отличаются от hard skills?

Каковы примеры ключевых soft skills, востребованных в современном рабочем мире?

Как soft skills влияют на карьерный рост и профессиональное развитие?

В какой мере легкость усвоения soft skills влияет на общую эффективность команды?

Как можно оценить уровень развития soft skills у работников?

Какую роль играют soft skills в управлении и лидерстве?

Как личность влияет на создание и развитие профессиональных отношений?

Какие внутренние и внешние факторы способствуют профессионально-личностному росту?

Как личные ценности и убеждения могут формировать профессиональную идентичность?

Почему важно развивать как профессиональные, так и личностные качества одновременно?

Какие методы могут быть использованы для непрерывного образования в профессиональной сфере?

Какой вклад вносит эмоциональный интеллект в профессионально-личностный рост?

Как можно использовать достижения в личностном росте для улучшения профессиональной деятельности?

Как соотношение между личностными целями и профессиональными задачами влияет на успешность деятельности?

Тема 1.2. Самосознание как основа личностного роста

Форма контроля/оценочное средство: Посещение и работа на лекционных и практических занятиях

Вопросы/Задания:

1. Посещение занятий:

- а) посещение лекционных и практических занятий;
- б) соблюдение дисциплины.

2. Работа на лекционных занятиях:

Контрольные вопросы:

- 1. Основные элементы самосознания;

2. Мировоззрение как основа саморазвития;
3. Социальная и личностная идентичность,
4. Сущность и структура я-концепции;
5. Самооценка и уровень притязаний.

3. Работа на практических занятиях:

Практическое занятие №2

Контрольные вопросы:

Какие основные элементы самосознания позволяют человеку осознавать себя и свои действия?

Каковы компоненты мировоззрения и какую роль они играют в процессе саморазвития?

В чем заключается разница между социальной и личностной идентичностью?

Как социальные факторы влияют на формирование личностной идентичности?

Какие элементы составляют сущность и структуру я-концепции?

Как я-концепция человека влияет на его поведение и самоощущение?

Каковы основные аспекты самооценки и как они взаимодействуют с уровнем притязаний?

В каком смысле высокая самооценка может быть как положительным, так и отрицательным фактором?

Какие методы могут быть применены для повышения самооценки?

Как уровень притязаний влияет на стремление личности к успеху и развитию?

Каковы последствия низкой самооценки для личностного роста и развития?

Как я-концепция может меняться на протяжении жизни?

В чем заключается взаимосвязь между самоосознанием и мировоззрением?

Как личностная идентичность может изменяться в результате социальных взаимодействий?

Как различия в самооценке влияют на взаимодействие с окружающими и на карьерные успехи?

Тема 1.3. Развитие когнитивной сферы

Форма контроля/оценочное средство: Посещение и работа на лекционных и практических занятиях

Вопросы/Задания:

1. Посещение занятий:

- а) посещение лекционных и практических занятий;
- б) соблюдение дисциплины.

2. Работа на лекционных занятиях:

Контрольные вопросы:

1. Внимание, его функции, виды, приемы сосредоточения внимания;
2. Память и ее место в системе познавательных процессов;
3. Креативное мышление, приемы его развития.

3. Работа на практических занятиях:

Практическое занятие №3

Контрольные вопросы:

Каковы основные функции внимания и какую роль они играют в познавательной деятельности?

Какие виды внимания существуют и как они различаются по характеристикам?

Какие приемы сосредоточения внимания могут использоваться для повышения его эффективности?

Как внимание влияет на процесс восприятия и запоминания информации?

Каковы ключевые компоненты памяти и ее место в системе познавательных процессов?

Как различаются процессы кратковременной и долговременной памяти?

Какие факторы могут влиять на эффективность памяти и ее развитие?

Какую роль играют ассоциации в процессе запоминания информации?

Каковы основные стратегии и приемы для улучшения памяти?

В чем заключается сущность креативного мышления и как оно отличается от логического?
Какие приемы способствуют развитию креативного мышления у обучающихся?
Как окружающая среда может влиять на креативное мышление?
Какие методики могут быть использованы для стимулирования креативности в группах?
Каковы основные барьеры для креативного мышления и способы их преодоления?
В чем заключается взаимосвязь между вниманием, памятью и креативным мышлением?

Тема 1.4. Эмоционально-волевые аспекты саморазвития

Форма контроля/оценочное средство: Посещение и работа на лекционных и практических занятиях

Вопросы/Задания:

1. Посещение занятий:

- а) посещение лекционных и практических занятий;
- б) соблюдение дисциплины.

2. Работа на лекционных занятиях:

Контрольные вопросы:

- 1. Эмоционально-волевая сфера личности
- 2. Эмоциональная стабильность и эмоциональный интеллект;
- 3. Уровень тревожности;
- 4. Волевые качества личности;
- 5. Управление временем: принципы и методы.

3. Работа на практических занятиях:

Практическое занятие №4

Контрольные вопросы:

Какие компоненты составляют эмоционально-волевую сферу личности и как они взаимосвязаны?

В чем заключается понятие эмоциональной стабильности и как оно влияет на личность?

Как эмоциональный интеллект помогает в управлении эмоциями и отношениями с окружающими?

Как уровень тревожности влияет на поведение и эмоциональное состояние человека?

Какие методы могут быть использованы для оценки уровня тревожности у личности?

Каковы основные волевые качества личности и как они проявляются в повседневной жизни?

Как волевые качества влияют на способность достигать своих целей?

В чем состоит отличие между эмоциональной устойчивостью и эмоциональной адаптивностью?

Как социальные факторы могут влиять на развитие волевых качеств личности?

Каковы основные принципы управления временем и их значение в жизни человека?

Какие методы управления временем могут способствовать повышению эффективности личной деятельности?

Как планирование и приоритизация задач помогают в управлении временем?

Как уровень самоорганизации влияет на управление временем и достижение целей?

Что такое временные ловушки и как их избежать при управлении личным временем?

Как моральные и этические аспекты могут влиять на процесс управления временем?

Тема 1.5. Нравственное саморазвитие личности

Форма контроля/оценочное средство: Посещение и работа на лекционных и практических занятиях

Вопросы/Задания:

1. Посещение занятий:

- а) посещение лекционных и практических занятий;
- б) соблюдение дисциплины.

2. Работа на лекционных занятиях:

Контрольные вопросы:

1. Нравственные основы личности, их развитие в ходе социализации
2. Ценностные ориентации личности, система ценностей и способы ее формирования.
3. Этика в профессиональной деятельности.

3. Работа на практических занятиях:

Практическое занятие №5

Контрольные вопросы:

Какие нравственные основы личности существуют и как они формируются в процессе социализации?

В чем заключается значение нравственных норм для развития личности в обществе?

Как семья и образовательные учреждения влияют на формирование нравственных основ личности?

Какие этапы можно выделить в процессе социализации личности в контексте нравственного развития?

Как ценностные ориентации личности влияют на выбор индивидуальных и социальных целей?

Что такое система ценностей и каковы ее основные компоненты?

Как формируются ценностные ориентации на этапе юношеского возраста?

Какие методы могут быть использованы для формирования ценностей у обучающихся?

Как культурные и социальные факторы влияют на ценностные ориентации личности?

В чем заключается важность этики в профессиональной деятельности?

Каковы основные этические принципы, которые должны соблюдаться в профессиональной сфере?

Как профессиональная этика влияет на социальные отношения в коллективе?

Каково значение честности и ответственности в рамках профессиональной деятельности?

Какие примеры этических дилемм могут возникать в разных профессиях?

Как профессиональная этика помогает в решении конфликтов и повышении эффективности работы?

Тема 1.6. Коммуникативные навыки и их развитие

Форма контроля/оценочное средство: Посещение и работа на лекционных и практических занятиях

Вопросы/Задания:

1. Посещение занятий:

- а) посещение лекционных и практических занятий;
- б) соблюдение дисциплины.

2. Работа на лекционных занятиях:

Контрольные вопросы:

1. Выбор стратегий взаимодействия;
2. Барьеры коммуникации и их преодоление;
3. Механизмы совершенствования межличностного восприятия и взаимопонимания.

3. Работа на практических занятиях:

Практическое занятие №6

Контрольные вопросы:

Какие основные стратегии взаимодействия существуют и как они влияют на эффективность общения?

Каковы критерии выбора стратегии взаимодействия в зависимости от ситуации и участников общения?

Какие факторы могут влиять на успешность выбранной стратегии взаимодействия?

Что такое барьеры коммуникации и какие виды барьеров существуют?

Как культурные различия могут стать барьером в процессе коммуникации?

Какие психологические барьеры могут препятствовать эффективному взаимодействию между людьми?

Как можно преодолеть барьеры коммуникации для улучшения взаимопонимания?

Какие методы активного слушания помогают разрушить барьеры в общении?
Как вербальные и невербальные коммуникационные сигналы могут помочь в преодолении барьеров?
Каковы основные механизмы совершенствования межличностного восприятия?
Какие методы могут быть использованы для улучшения взаимопонимания в группе?
Как развитие эмпатии способствует повышению качества межличностных отношений?
Как можно применять техники рефлексии для улучшения межличностного восприятия?
В чем роль открытости и честности в процессе восприятия других людей?
Как регулярная обратная связь может способствовать улучшению взаимопонимания в коллективе?

9. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Очная форма обучения, Седьмой семестр, Зачет

Контролируемые ИДК: УК-6.1 УК-6.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2

Вопросы/Задания:

1. Выполнить итоговое задание:

Выполнить итоговое задание из Приложения № 6, 7

Очно-заочная форма обучения, Седьмой семестр, Зачет

Контролируемые ИДК: УК-6.1 УК-6.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2

Вопросы/Задания:

1. Выполнить итоговое задание:

Выполнить итоговое задание из Приложения № 6, 7

Заочная форма обучения, Седьмой семестр, Зачет

Контролируемые ИДК: УК-6.1 УК-6.2 ОПК-4.1 ОПК-4.2

Вопросы/Задания:

1. Выполнить итоговое задание:

Выполнить итоговое задание из Приложения № 6, 7

10. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

10.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Педагогическая деонтология с тренингом профессионально-личностного роста: учебное пособие / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. - Тюмень: Тюменский государственный университет, 2017. - 168 с. - 978-5-400-01388-1. - Текст: электронный // Директ-Медиа: [сайт]. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=567489> (дата обращения: 30.01.2025). - Режим доступа: по подписке
2. Кашуба, И. В. Личностно-профессиональное саморазвитие: практикум / И. В. Кашуба, С. С. Великанова. - Москва: Директ-Медиа, 2022. - 92 с. - 978-5-4499-3112-2. - Текст: электронный // Директ-Медиа: [сайт]. - URL: <https://doi.org/10.23681/685624> (дата обращения: 30.01.2025). - Режим доступа: по подписке
3. Кашуба, И. В. Личностно-профессиональное саморазвитие: Учебное пособие: учебное пособие / И. В. Кашуба, С. С. Великанова. - Москва: Директ-Медиа, 2022. - 192 с. - 978-5-4499-2974-7. - Текст: электронный // Директ-Медиа: [сайт]. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=683127> (дата обращения: 30.01.2025). - Режим доступа: по подписке

Дополнительная литература

1. Бердяев, Н. А. Самопознание: монография / Н. А. Бердяев. - Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2016. - 452 с. - 978-5-4475-6248-9. - Текст: электронный // Директ-Медиа: [сайт]. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=42279> (дата обращения: 30.01.2025). - Режим доступа: по подписке
2. Иванова, И. В. Самопознание и саморазвитие: учебник / И. В. Иванова; под ред. М. И. Рожков. - Москва: Директ-Медиа, 2023. - 316 с. - 978-5-4499-3586-1. - Текст: электронный // Директ-Медиа: [сайт]. - URL: <https://doi.org/10.23681/697926> (дата обращения: 30.01.2025). - Режим доступа: по подписке

10.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся

Профессиональные базы данных

1. <http://www.biblioclub.ru> - ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
2. <http://lib.sano.ru> - Интегрированная библиотечно-информационная система ИРБИС64

Ресурсы «Интернет»

1. <https://elibrary.ru> - Научная электронная библиотека
2. <http://www.openet.ru> - Российский портал открытого образования
3. www.ucheба.com - Образовательный портал «Учёба»
4. <http://www.diss.rsl.ru> - Электронная библиотека диссертаций РГБ
5. <http://lib.ru> - Электронная библиотека Максима Мошкова

10.3. Программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

При подготовке и проведении учебных занятий по дисциплине студентами и преподавателями используются следующие современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

1. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru>).
2. Интегрированная библиотечно-информационная система ИРБИС64 (<http://lib.sano.ru>).
3. Справочно-правовая система КонсультантПлюс.
4. Электронная справочная система ГИС Омск.

10.4. Специальные помещения, лаборатории и лабораторное оборудование

Институт располагает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работ обучающихся, предусмотренных учебным планом.

Для проведения учебных занятий по дисциплине используются следующие помещения, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения:

Для лекций, семинаров (практических), групповых, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, ГИА

Мультимедийная учебная аудитория № 301

Перечень оборудования

Аудиоколонка - 2 шт.

Доска - 1 шт.

Персональный компьютер - 1 шт.

Проектор - 1 шт.
Стол - 18 шт.
Стол преподавателя - 1 шт.
Стул - 36 шт.
Стул преподавателя - 1 шт.
Тематические иллюстрации - 1 шт.
Трибуна - 1 шт.
Учебно-наглядные пособия - 1 шт.
Экран - 1 шт.

Перечень программного обеспечения

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

Kaspersky Endpoint Security для Windows
Microsoft Windows 10 Pro
Microsoft Office Standart 2019
7-Zip 24.08(x64)
Adobe Reader 9.1 - Russian

Перечень информационно-справочных систем

(обновление выполняется еженедельно)

Не используется.

Для лекций, семинаров (практических), групповых и индивидуальных консультаций,
текущего контроля, промежуточной аттестации
Мультимедийная учебная аудитория № 305

Перечень оборудования

Аудиоколонка - 2 шт.
Доска маркерная - 1 шт.
Информационная доска - 1 шт.
Компьютер с выходом в Интернет - 1 шт.
Круглый стол - 3 шт.
Проектор - 1 шт.
Стеллаж - 2 шт.
Стол одноместный - 10 шт.
Стол преподавателя - 1 шт.
Стул - 27 шт.
Стул преподавателя - 1 шт.
Трибуна - 1 шт.
Экран - 1 шт.

Перечень программного обеспечения

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

Adobe Acrobat Reader
Kaspersky Endpoint Security для Windows
Microsoft Windows 10 Pro
Microsoft Office стандартный 2016
7-Zip 24.08(x64)

Перечень информационно-справочных систем

(обновление выполняется еженедельно)

Consultant Plus

Информационно-библиотечный центр, помещение для самостоятельной работы обучающихся, НИР обучающихся, курсового проектирования

Перечень оборудования

Мягкая зона - 1 шт.
Персональный компьютер - 11 шт.
Стол - 9 шт.
Стул - 23 шт.

Перечень программного обеспечения

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

Adobe Acrobat Reader
Microsoft Windows 8.1 Pro Russian
Microsoft Windows 10 Pro
Microsoft Office 2007 standart Win32 Russian

Перечень информационно-справочных систем

(обновление выполняется еженедельно)

Не используется.

11. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)

ВИДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Успешное освоение теоретического материала по дисциплине требует самостоятельной работы, нацеленной на усвоение лекционного теоретического материала, расширение и конкретизацию знаний по разнообразным вопросам дисциплины. Самостоятельная работа студентов предусматривает следующие виды:

1. Аудиторная самостоятельная работа студентов – выполнение на практических занятиях и лабораторных работах заданий, закрепляющих полученные теоретические знания либо расширяющие их, а также выполнение разнообразных контрольных заданий индивидуального или группового характера (подготовка устных докладов или сообщений о результатах выполнения заданий, выполнение самостоятельных проверочных работ по итогам изучения отдельных вопросов и тем дисциплины);
2. Внеаудиторная самостоятельная работа студентов – подготовка к лекционным, практическим занятиям, лабораторным работам, повторение и закрепление ранее изученного теоретического материала, конспектирование учебных пособий и периодических изданий, изучение проблем, не выносимых на лекции, написание тематических рефератов, выполнение индивидуальных практических заданий, подготовка к тестированию по дисциплине, выполнение итоговой работы.

Большое значение в преподавании дисциплины отводится самостоятельному поиску студентами информации по отдельным теоретическим и практическим вопросам и проблемам.

При планировании и организации времени для изучения дисциплины необходимо руководствоваться п. 5.1 или 5.2 рабочей программы дисциплины и обеспечить последовательное освоение теоретического материала по отдельным вопросам и темам (Приложение № 2)

Наиболее целесообразен следующий порядок изучения теоретических вопросов по дисциплине:

1. Изучение справочников (словарей, энциклопедий) с целью уяснения значения основных терминов, понятий, определений;
2. Изучение учебно-методических материалов для лекционных, практических занятий, лабораторных работ;
3. Изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы и электронных информационных источников;
4. Изучение дополнительной литературы и электронных информационных источников, определенных в результате самостоятельного поиска информации;

5. Самостоятельная проверка степени усвоения знаний по контрольным вопросам и/или заданиям;

6. Повторное и дополнительное (углубленное) изучение рассмотренного вопроса (при необходимости).

В процессе самостоятельной работы над учебным материалом рекомендуется составить конспект, где кратко записать основные положения изучаемой темы. Переходить к следующему разделу можно после того, когда предшествующий материал понят и усвоен. В затруднительных случаях, встречающихся при изучении курса, необходимо обратиться за консультацией к преподавателю.

При изучении дисциплины не рекомендуется использовать материалы, подготовленные неизвестными авторами, размещенные на неофициальных сайтах неделового содержания. Желательно, чтобы используемые библиографические источники были изданы в последние 3-5 лет. Студенты при выполнении самостоятельной работы могут воспользоваться учебно-методическими материалами по дисциплине, представленными в электронной библиотеке института, и предназначенными для подготовки к лекционным и семинарским занятиям.

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оценка компетенций на различных этапах их формирования осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации, Положением о балльной и рейтинговой системах оценивания и технологической картой дисциплины (Приложение № 1). Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе текущего и промежуточного контроля представлены в Приложении № 3.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена/зачета в виде выполнения тестирования и/или итоговой работы.

При проведении промежуточной аттестации студентов по дисциплине могут формироваться варианты тестов, относящихся ко всем темам дисциплины (Приложение № 6).

Итоговые задания разрабатываются по основным вопросам теоретического материала и позволяют осуществлять промежуточный контроль знаний и степени усвоения материала (Приложение №7).

Оценка знаний студентов осуществляется в соответствии с Положением о балльной и рейтинговой системах оценивания, принятой в Институте, и технологической картой дисциплины

ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ НА ЭТАПЕ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Формируемые компетенции: УК-6, ОПК-4

1) Посещение и работа на лекционных и практических занятиях (собеседование, контрольная работа, круглый стол и дискуссия)

При преподавании дисциплины «Психология личностного роста» применяются разнообразные образовательные технологии в зависимости от вида и целей учебных занятий.

Теоретический материал излагается на лекционных занятиях в следующих формах:

- проблемные лекции;
- лекция-беседа.

Практические занятия по дисциплине «Психология личностного роста» ориентированы на закрепление теоретического материала, изложенного на лекционных занятиях, а также на приобретение дополнительных знаний, умений и практических навыков осуществления профессиональной деятельности посредством активизации и усиления самостоятельной деятельности обучающихся.

Большинство практических занятий проводятся с применением активных форм обучения, к которым относятся:

1) устный опрос студентов с элементами беседы и дискуссии по вопросам, выносимым на практические занятия;

2) групповая работа студентов, предполагающая совместное обсуждение какой-либо проблемы (вопроса) и выработку единого мнения (позиции) по ней (метод группового обсуждения, круглый стол);

3) контрольная работа по отдельным вопросам, целью которой является проверка знаний студентов и уровень подготовленности для усвоения нового материала по дисциплине.

На практических занятиях оцениваются и учитываются все виды активности студентов: устные ответы, дополнения к ответам других студентов, участие в дискуссиях, работа в группах, письменная работа.

2) Письменное задание

Формируемые компетенции: УК-6, ОПК-4

Целью работы является обобщение и систематизация теоретического материала в рамках исследуемой проблемы.

В процессе выполнения работы решаются следующие задачи:

1. Формирование информационной базы:

- анализ точек зрения зарубежных и отечественных специалистов в области социологии;
- конспектирование и реферирование первоисточников в качестве базы для сравнения, противопоставления, обобщения;
- анализ и обоснование степени изученности исследуемой проблемы;
- подготовка библиографического списка исследования.

2. Формулировка актуальности темы:

- отражение степени важности исследуемой проблемы;
- выявление соответствия задачам теории и практики, решаемым в настоящее время;
- определение места выбранной для исследования проблемы в социологии.

3. Формулировка цели и задач работы:

- изложение того, какой конечный результат предполагается получить при проведении теоретического исследования;
- четкая формулировка цели и разделение процесса ее достижения на этапы;
- выявление особенностей решения задач (задачи - это те действия, которые необходимо предпринять для достижения поставленной в работе цели).

В результате написания реферата студент изучает и анализирует информационную базу с целью установления теоретических зависимостей, формулирует понятийный аппарат, определяет актуальность, цель и задачи работы.

Обязательными составляющими элементами реферата являются:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- основное содержание, разделенное на разделы (параграфы, пункты, подпункты), расположенные и поименованные согласно плану; в них аргументировано и логично раскрывается избранная тема в соответствии с поставленной целью; обзор литературы; описание применяемых методов, инструментов, методик, процедур в рамках темы исследования; анализ примеров российского и зарубежного опыта, отражающих тему исследования и т.д.
- заключение;
- список использованных источников;
- приложения.

Реферат выбирают по соответствию темы фамилии студента и номера студента в списке.

Темы представлены в приложении 4.

Требования к оформлению письменных работ представлены в Методических указаниях к содержанию, оформлению и критериям оценивания письменных, практических и лабораторных работ, одобренных решением Ученого совета (протокол № 8 от 24.04.2020 г.).

Темы реферата выбирают в соответствии с Приложением № 4

3) Практическое задание (кейс)

Формируемые компетенции: УК-6, ОПК-4

Кейс - описание реальных социальных ситуаций. Обучающиеся должны исследовать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы основываются на реальном фактическом материале или же приближены к реальной ситуации.

Цель кейса - научить обучающихся анализировать проблемную ситуацию, возникшую при конкретном положении дел, и выработать решение; научить работать с информационными источниками, перерабатывать ее из одной формы в другую.

В процессе выполнения кейса решаются следующие задачи:

- Формирование и развитие информационной компетентности;
- Развитие умений искать новые знания, анализировать ситуации;
- Развитие навыков самоорганизации, самостоятельности, инициативности;
- Развитие умений принимать решения, аргументировать свою позицию.

Обязательными составляющими элементами кейса являются:

- титульный лист;
- основная часть;
- заключение;
- список использованных источников;
- приложения

Кейс представлен в приложении 5.

Требования к оформлению практических работ представлены в Методических указаниях к содержанию, оформлению и критериям оценивания письменных, практических и лабораторных работ, одобренных решением Ученого совета (протокол № 8 от 24.04.2020 г.).

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности обучающихся по дисциплине основана на использовании Положения о балльной и рейтинговой системах оценивания, принятой в институте, и технологической карты дисциплины.

Текущий контроль:

- посещение и работа на лекционных и практических занятиях (собеседование, контрольная работа, круглый стол и дискуссия) - 0-35 баллов;
- письменное задание (реферат) - 0-25 баллов;
- практическое задание (кейс) - 0-50 баллов.

Промежуточная аттестация:

- итоговая работа - 25 баллов.

Максимальное количество баллов по дисциплине – 100.

Максимальное количество баллов по результатам текущего контроля – 75.

Максимальное количество баллов на экзамене – 25.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Специфика данной учебной дисциплины – сложность и абстрактность материала, его информационная насыщенность. Это предполагает дополнительные комментарии по каждому вопросу преподавателя при чтении лекции, использование разнообразного наглядно-иллюстративного материала (таблицы, схемы, логические формулы, решение задач по Социологии).

При проведении семинарских занятий важно добиться от студентов не простого заучивания материала, а его осмысления и понимания. Существенную помощь преподавателю здесь окажут приведённые в конце каждой темы контрольные вопросы, а также задания для самостоятельной работы студентов. Преподаватель может рекомендовать студентам завести свой словарь терминов (алфавитный или тематический).

В интерактивных формах обучения преподаватель может использовать такие формы проведения семинарских занятий, как дебаты, «круглые столы» или дискуссии. Студентам

может быть предложен вариант решения ситуационных задач или разработка дискуссий.

Студенты заочной формы обучения получают допуск к итоговой проверке знаний после выполнения интерактивных заданий.

Изучение студентами дисциплины «Психология личностного роста» предусматривает проведение лекционных и практических занятий под руководством преподавателя, а также самостоятельное освоение дополнительного материала (дополнительной литературы) при подготовке к практическим занятиям и промежуточному контролю.

Дидактическое назначение лекции заключается в том, чтобы ввести студентов в науку, ознакомить с ее основными категориями, закономерностями изучаемой дисциплины и ее методическими основами. Тем самым определяются содержание и характер всей дальнейшей работы студента.

С самого начала лекции необходимо настроить себя на активное ее прослушивание. Не жалейте места в тетради (всегда оставляйте поля), это позволит вам делать комментарии, пометки. Помните, что любая тема и ее основные идеи должны быть найдены вами в кратчайшее время. Хороший конспект лекций значительно облегчает подготовку к практическим занятиям, а в дальнейшем к зачету.

Главной формой приобретения знаний была и остается самостоятельная работа по изучению курса с учетом рекомендаций преподавателя.

Поэтому при подготовке к практическим занятиям следует не только опираться на рекомендованную литературу и литературу, которую вы сами сочтете полезной, но и использовать информацию из периодической печати, передач радио и телевидения и т.д.

Уровень и результаты самостоятельной работы студентов проверяются на практических занятиях, в индивидуальных беседах и в ходе промежуточного контроля.

Практические занятия должны помочь изучению лекционного материала: углубить его, расширить, связать теорию с практикой, выработать у студентов самостоятельный подход к оценке общественных явлений и в целом дисциплины.

При подготовке к практическим занятиям необходимо обязательно выполнить предусмотренное планом задание (по указанию преподавателя), т.е. необходимо оформить (написать) в тетради по данной дисциплине краткие тезисы или развернутый план по вопросам рассматриваемой темы занятия. В процессе коллективного обсуждения внести поправки и дополнения.

Преподаватель на основе отведенного факультетом общего времени для изучения данной дисциплины (конкретных часов на лекционные и практические занятия) определяет порядок рассмотрения основного содержания тем дисциплины.

Также используется система контроля на основе разработанных интерактивных заданий или тестов.

Технологическая карта дисциплины

Наименование дисциплины	Психология личностного роста
Количество зачетных единиц	3
Форма промежуточной аттестации	Зачет

№	Виды учебной деятельности студентов	Форма отчетности	Баллы (максимум)
Текущий контроль			
1	Посещение и работа на лекционных и практических занятиях (собеседование, контрольная работа, круглый стол и дискуссия)		
2	Выполнение письменного задания (реферат)	Письменная работа	
3	Выполнение практического задания (кейс)	Письменная работа	
Промежуточная аттестация			
4	Выполнение итоговой работы	Итоговая работа, тест	
Итого по дисциплине:			100

« ____ » _____ 20__ г.

(уч. степень, уч. звание, должность, ФИО преподавателя)

Подпись

Тематическое планирование самостоятельной работы студентов

Тема, раздел	Очная форма	Очно заочная форма	Заочная форма	Задания для самостоятельной работы	Форма контроля
Сущность и цели профессионально-личностного саморазвития	7	11	16	Подготовка к лекционным, практическим занятиям, повторение и закрепление ранее изученного теоретического материала, конспектирование учебных пособий и периодических изданий, изучение проблем, не выносимых на лекции, написание тематических рефератов, выполнение индивидуальных практических заданий, подготовка к тестированию по дисциплине, выполнение итоговой работы.	Тестирование, выполнение итогового задания
Самосознание как основа личностного роста	7	11	16		
Развитие когнитивной сферы	7	11	16		
Эмоционально-волевые аспекты	7	11	16		
Нравственное саморазвитие личности	8	11	16		
Коммуникативные навыки и их развитие	7	11	16		
ИТОГО	43	66	96		

Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе текущего контроля

№ п/п	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Шкала оценивания
1	Посещение и работа на лекционных и практических занятиях (собеседование, контрольная работа, круглый стол и дискуссия)	1. Посещение занятий: а) посещение лекционных и практических занятий, б) соблюдение дисциплины. 2. Работа на лекционных занятиях: а) ведение конспекта лекций, б) уровень освоения теоретического материала, в) активность на лекции, умение формулировать вопросы лектору. 3. Работа на практических занятиях: а) уровень знания учебнопрограммного материала, б) умение выполнять задания, предусмотренные программой курса, в) практические навыки работы с освоенным материалом.	0-35
2	Письменное задание	1. Новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; г) явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт. 2. Степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме письменного задания; б) соответствие содержания теме и плану письменного задания; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; д) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме). 3. Обоснованность выбора источников: а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.). 4. Соблюдение требований к оформлению: а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение	0-25

		терминологией; в) соблюдение требований к объёму письменного задания.	
3	Практическое задание	1. Анализ проблемы: а) умение верно, комплексно и в соответствии с действительностью выделить причины возникновения проблемы, описанной в практическом задании. 2. Структурирование проблем: а) насколько четко, логично, последовательно были изложены проблемы, участники проблемы, последствия проблемы, риски для объекта. 3. Предложение стратегических альтернатив: а) количество вариантов решения проблемы, б) умение связать теорию с практикой при решении проблем. 4. Обоснование решения: а) насколько аргументирована позиция относительно предложенного решения практического задания; б) уровень владения профессиональной терминологией. 5. Логичность изложения материала: а) насколько соблюдены общепринятые нормы логики в предложенном решении, б) насколько предложенный план может быть реализован в текущих условиях.	0-50

Показатели и критерии оценивания компетенций на этапе промежуточной аттестации

№ п/п	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Шкала оценивания
1	Итоговая работа	Количество баллов за тест пропорционально количеству правильных ответов на тестовые задания. После прохождения теста суммируются результаты выполнения всех заданий для выставления общей оценки за тест.	0-25

Письменное задание

1. Основные концепции личностного роста: определения и подходы
2. Роль самоосознания в процессе личностного роста
3. Техники саморефлексии для повышения личной эффективности
4. Влияние эмоционального интеллекта на личное развитие
5. Целеполагание как инструмент достижения успеха
6. Преодоление внутренних барьеров: психология страха и неуверенности
7. Методы работы с негативными убеждениями
8. Психологические аспекты resiliency: как восстанавливать силы после неудач
9. Практики медитации и их влияние на личностное развитие
10. Роль поддержки со стороны окружения в процессе изменения себя
11. Личностный рост через самообразование: подходы и методики
12. Восприятие критики: как использовать ее для роста
13. Мотивация как движущая сила личностных изменений
14. Способы управления стрессом для улучшения качества жизни
15. Анализ и развитие навыков общения для личностного роста
16. Сравнительный анализ успеха: внутренние и внешние критерии
17. Психология успеха: что отличает успешных людей от остальных?
18. Феномен прокрастинации и его преодоление
19. Личностный рост через творчество: арт-терапия и ее методы
20. Эффективные стратегии тайм-менеджмента для личностного роста
21. Формирование уверенности в себе: психология поведения
22. Модели и этапы личностного развития в разных культурах
23. Роль физических упражнений в психологии личностного роста
24. Ценности как основа личной идентичности и роста
25. Влияние позитивного мышления на достижения и успехи
26. Проблема зависимости и ее преодоление для личностного роста
27. Трансформационная психология: изменения через трудности
28. Социальные роли и их влияние на личностный рост
29. Психология изменений: как справляться с переходными периодами жизни
30. Долгосрочные цели и их значение в процессе самосовершенствования

Практическое задание (кейс)

Ситуация 1: Самовоспитание через чтение

Пример: Алексей решает ежедневно читать книги по саморазвитию. Он выбрал три книги для чтения в течение месяца.

Вопросы:

- Какие принципы самовоспитания он использует, выбирая литературу?
- Как ему оценить свой прогресс после месяца чтения?

Ситуация 2: Целеполагание

Пример: Мария ставит цель улучшить свои навыки публичного выступления и планирует тренировки с друзьями.

Вопросы:

- Какие техники самоконтроля она может использовать, чтобы следовать этому плану?
- Какую структуру она может применить для рефлексии после каждой тренировки?

Ситуация 3: Преодоление прокрастинации

Пример: Константин откладывает завершение проекта. Он решает применить метод "помидора" для улучшения своей продуктивности.

Вопросы:

- Каковы основные приемы самоконтроля, которые он может использовать?
- Как он может использовать рефлексию, чтобы понять причины прокрастинации?

Ситуация 4: Рефлексивные практики

Пример: Учащиеся ведут дневники рефлексии, где они анализируют свои действия и решают, как стать лучше.

Вопросы:

- Какие методы оценки социокультурной ситуации могут быть применены для оценки результатов такой практики?
- Как поддержать студентов в процессе саморазмышления и совершенствования?

Ситуация 5: Организация выездного семинара

Пример: Школа организует выездной семинар на тему «Духовные ценности в нашей жизни».

Вопросы:

- Как можно реализовать программу воспитания на подобном мероприятии?
- Какие подходы следует использовать для анализа успеха данного семинара?

Ситуация 6: Разработка программ на основе социокультурной ситуации

Пример: Группа педагогов анализирует местные социальные проблемы для разработки программы воспитания, направленной на волонтерство.

Вопросы:

- Какие методы оценки социокультурной ситуации они могут использовать?
- Как интегрировать нравственные ценности в программу, основанную на местных нуждах?

Ситуация 7: Конкурсы и творческие проекты

Пример: В школе проводится конкурс на лучший социальный проект, направленный на улучшение сообщества.

Вопросы:

- Как приемы формирования основ духовно-нравственного воспитания могут быть использованы при оценке проектов?
- Какие подходы следует применять для реализации программы социализации обучающихся?

Ситуация 8: Групповая работа над нравственными дилеммами

Пример: Учитель предлагает студентам разобраться в нравственных дилеммах, обсуждая их в группе.

Вопросы:

- Какие психолого-педагогические принципы могут помочь в этом обсуждении?
- Что ученики могут вынести для своего личностного роста из таких обсуждений?

Ситуация 9: Применение творческого подхода

Пример: Учащиеся создают художественные проекты, отражающие духовные ценности.

Вопросы:

- Как можно оценить влияние творчества на развитие духовно-нравственных аспектов у обучающихся?
- Каковы возможности для применения методов оценки социокультурной ситуации в этом контексте?

Ситуация 10: Обсуждения в классе о моральных выборах

Пример: В классе проводятся дискуссии о моральных выборах персонажей книг.

Вопросы:

- Какие приемы формирования основ духовно-нравственного воспитания можно использовать в этом процессе?
- Как можно оценить, как такие обсуждения влияют на личностный рост учащихся?

Итоговый тест

1. Какой из подходов относится к духовно-нравственному воспитанию?
 - А) Когнитивно-поведенческий
 - В) Экзистенциальный
 - С) Холистический
 - D) Бихевиористский
2. Какой прием способствует формированию основ духовно-нравственного воспитания?
 - А) Игровые методики
 - В) Дискуссии о нравственных дилеммах
 - С) Формирование навыков управления
 - D) Психотерапия
3. Какой принцип является основным при разработке программ воспитательной работы?
 - А) Упрощение
 - В) Индивидуализация
 - С) Стандартизация
 - D) Ригидность
4. Что является одним из методов оценки социокультурной ситуации?
 - А) Анкетирование
 - В) Статистический анализ
 - С) Ситуационный анализ
 - D) Обсуждение
5. Какой подход к разработке программ воспитания включает участие обучающегося в процессе?
 - А) Традиционный
 - В) Интерактивный
 - С) Линейный
 - D) Монотонный
6. Какой принцип самовоспитания включает постоянный анализ собственных действий?
 - А) Саморефлексия
 - В) Упорство
 - С) Технический прогресс
 - D) Непрерывное образование
7. Какой метод применяется для контроля собственных эмоций?
 - А) Эмоциональная реакция
 - В) Самоконтроль
 - С) Хаотичное поведение
 - D) Ригидное мышление
8. Что важно учитывать при формировании трактовки личностного роста?
 - А) Лишь успехи
 - В) Социальные ожидания
 - С) Индивидуальный опыт
 - D) Общее мнение
9. Какой прием помогает формировать собственные мысли и чувства через искусство?
 - А) Арт-терапия
 - В) Групповая терапия
 - С) Психоанализ
 - D) Когнитивная терапия
10. Какой из принципов самовоспитания наиболее востребован?
 - А) Инстинктивный подход
 - В) Осознанность
 - С) Импульсивность
 - D) Инерция
11. К какому виду личностного роста относится изменение мировоззрения?
 - А) Физический

- В) Социальный
 - С) Духовный
 - D) Экономический
12. Какой метод рефлексии наиболее эффективен для личностного роста?
- А) Сравнение с другими
 - В) Ведение дневника
 - С) Непрерывное общение
 - D) Резкое осуждение
13. Какой из подходов способствует развитию критического мышления у обучающихся?
- А) Инструктивный
 - В) Традиционный
 - С) Проблемно-ориентированный
 - D) Системный
14. Какой прием помогает обучающимся формировать личные цели?
- А) SMART-цели
 - В) Спонтанное мышление
 - С) Ретроактивное воспоминание
 - D) Возможности выбора
15. Какой метод оценки используется для изучения эмоционального интеллекта?
- А) Тест на IQ
 - В) Социометрия
 - С) Тест эмоционального интеллекта
 - D) Анкета на личность
16. Что важно делать при разработке программы по духовно-нравственному воспитанию?
- А) Задать цели и задачи
 - В) Воспользоваться готовыми схемами
 - С) Игнорировать мнение обучающихся
 - D) Упрощать содержание
17. Какой будет результат правильно подобранного подхода в обучении?
- А) Низкая мотивация
 - В) Недостаточное участие
 - С) Высокий уровень вовлеченности
 - D) Повышенная усталость
18. Какой принцип самовоспитания включает в себя постоянное обучение?
- А) Гибкость
 - В) Статичность
 - С) Непоследовательность
 - D) Автономность
19. Какой прием помогает уменьшить стресс и повысить уровень внутренней гармонии?
- А) Медитация
 - В) Мешанина мыслей
 - С) Обсуждение проблем
 - D) Изоляция
20. Что является основой для личностного роста через саморазвитие?
- А) Бóльшее количество знаний
 - В) Осознанность и самопознание
 - С) Поддержка окружающих
 - D) Соответствие социальным нормам
21. Какой подход помогает обучающимся в развитие навыков взаимодействия с окружающими?
- А) Консультативный
 - В) Партнерский
 - С) Формальный
 - D) Рынок книгоиздательства
22. Какой метод рефлексии позволит обучающимся понять свои сильные и слабые стороны?
- А) Поверхностный анализ

- В) SWOT-анализ
 - С) Случайное мышление
 - D) Внешнее сравнение
23. Какой принцип отвечает за поддержку индивидуального подхода в обучении?
- А) Стандартизация
 - В) Индивидуализация
 - С) Унификация
 - D) Гомогенизация
24. Что является важным инструментом в оценке личностного роста?
- А) Сравнение с социальными группами
 - В) Личный дневник успехов
 - С) Множественные тесты
 - D) Оценка со стороны
25. Какой подход к духовно-нравственному воспитанию закрепляет хорошие привычки?
- А) Статистический
 - В) Позитивное подкрепление
 - С) Наказание
 - D) Игнорирование
26. Что помогает в формировании критического мышления?
- А) Запоминание информации
 - В) Дискуссии и дебаты
 - С) Повторяющиеся лекции
 - D) Изучение стандартов
27. Какой способ оценки социокультурной ситуации является наиболее эффективным?
- А) Анкеты удовлетворенности
 - В) Фокус-группы
 - С) Социологические исследования
 - D) Опросы личного мнения
28. Какой из приемов самовоспитания связан с формированием привычек?
- А) Спонтанность
 - В) Регулярность
 - С) Нерегулярность
 - D) Торопливость
29. Какой метод работы над собой является ключевым в процессе личностного роста?
- А) Глубокая саморефлексия
 - В) Принятие внешних оценок
 - С) Изоляция от общества
 - D) Упрощение целей
30. Какой принцип является основой для разработки программ социализации?
- А) Автономия
 - В) Взаимодействие
 - С) Конфронтация
 - D) Статичность
31. Какой подход лучше всего подходит для работы с трудными подростками?
- А) Ненасильственный
 - В) Авторитарный
 - С) Инструктивный
 - D) Рутинный
32. Что способствует глубокой, осознанной рефлексии?
- А) Ненужная информация
 - В) Системный подход
 - С) Рассеянность
 - D) Пессимизм
33. Какой прием позволяет обучающимся увидеть свои достижения?
- А) Забывание проблем
 - В) Групповая критика

- С) Модель "достижений"
 - D) Сравнение с другими
34. Какой метод воспитания формирует навыки социальной ответственности?
- А) Игнорирование
 - В) Исследовательский
 - С) Традиционный
 - D) Научный
35. Что является естественным следствием самовоспитания?
- А) Низкая самооценка
 - В) Пассивность
 - С) Уверенность в себе
 - D) Закрытость
36. Какой прием способствует формированию навыков сотрудничества?
- А) Командные игры
 - В) Индивидуальные задания
 - С) Пассивные наблюдения
 - D) Конкурсы одиночек
37. Какой фактор важен при внедрении программы по духовно-нравственному воспитанию?
- А) Формальные отчеты
 - В) Потребности обучающихся
 - С) Сложность содержания
 - D) Упрощение методов
38. Какой принцип лежит в основе развития критического мышления?
- А) Открытость к новому
 - В) Сопротивление изменениям
 - С) Степенное затруднение
 - D) Командные установки
39. Какой метод поможет анализировать свою жизнь и достижения?
- А) Критические обсуждения
 - В) Сравнение с социальными нормами
 - С) Личностный журнал
 - D) Конкурсы
40. Какой подход к духовно-нравственному воспитанию требует коллективного участия?
- А) Групповая работа
 - В) Индивидуальная практика
 - С) Упрощенные тесты
 - D) Образовательные лекции
41. Какой метод рефлексии позволяет обучающимся анализировать свои ошибки?
- А) Негативное осуждение
 - В) Конструктивная критика
 - С) Игнорирование неудач
 - D) Предвзятое оценивание
42. Какой аспект важно учитывать, разрабатывая программу воспитания?
- А) Сложность содержания
 - В) Социокультурный контекст
 - С) Индивидуальные предпочтения
 - D) Сравнение с другими командами
43. Какой подход способствует развитию духовности у молодежи?
- А) Эмпатия и взаимопонимание
 - В) Конкуренция
 - С) Инерция
 - D) Критика
44. Какое действие является ключевым в процессе саморазвития?
- А) Сравнение себя с другими
 - В) Установление личных целей
 - С) Поверхностное осознание

- D) Нерешительность
45. Что помогает в снижении уровня стресса и тревожности?
- A) Аутогенная тренировка
 - B) Сравнение с другими
 - C) Игнорирование себя
 - D) Уплощение проблем
46. Какую роль играет поддержка семьи в процессе личностного роста?
- A) Не влияет
 - B) Является ключевой
 - C) Создает дополнительные обязанности
 - D) Ограничивает личную свободу
47. Какой метод использования группы для личностного роста?
- A) Групповая рефлексия
 - B) Индивидуальная работа
 - C) Дисциплинарные меры
 - D) Формальная презентация
48. Что важно для успешной социализации личности?
- A) Соответствие ожиданиям
 - B) Умение взаимодействовать с окружающими
 - C) Изоляция от общества
 - D) Строгая организация
49. Какой метод воспитания подразумевает воспитание через понимание?
- A) Воспитание через страх
 - B) Воспитание через сотрудничество
 - C) Послеучебное образование
 - D) Игровые методы
50. Какой аспект необходим для успешного саморазвития?
- A) Лишь навыки
 - B) Постоянство
 - C) Осознанность и самосознание
 - D) Уверенность в себе

Итоговое задание

Выберите 2 вопроса из приведённого списка и дайте краткий, но содержательный ответ (обязательно с использованием примеров для иллюстрации):

- 1.1. Охарактеризуйте основные подходы духовно-нравственного воспитания и их значения для личностного роста обучающихся.
- 1.2. Опишите приемы формирования духовно-нравственной культуры у обучающихся, способствующие их личностному росту. Приведите примеры.
- 1.3. Сравните подходы к самовоспитанию и саморазвитию. В чем их ключевые отличия и как они влияют на личностный рост?
- 1.4. Определите психолого-педагогические принципы разработки программ воспитательной работы с обучающимися и проиллюстрируйте их применение на примерах.
- 1.5. Проанализируйте влияние социокультурной ситуации на реализацию программ духовно-нравственного воспитания обучающихся. Приведите примеры.
- 1.6. Каковы основные приемы самоконтроля и как они могут быть применены в процессе личностного роста?
- 1.7. Опишите методы и приемы рефлексии личностного роста. Как они способствуют самосознанию у обучающихся?
- 1.8. Охарактеризуйте основные границы и возможности самосовершенствования через практики саморазвития. Приведите примеры успешных стратегий.

2. Практическая часть

2.1. Разработка программы воспитания

Задание: Разработайте программу духовно-нравственного воспитания для обучающихся, ориентированную на развитие личностного роста. В плане необходимо отразить:

- **Тематику программы:** Определите главную тему, например, «Духовные ценности и их роль в жизни молодого человека».
- **Основные цели программы:** Укажите задачи, которых необходимо достичь, например, формирование чувства ответственности и солидарности.
- **Методы и техники работы:** Опишите конкретные методы, такие как обсуждение нравственных вопросов, участие в социальных проектах, использование ролевых игр для отработки навыков.
- **Ожидаемые результаты:** Укажите, какие изменения ожидаются в поведении и мышлении обучающихся, а также развитие их социальной активности и нравственной позиции.

2.2. Групповой тренинг

Задание: Разработайте программу группового тренинга, направленного на формирование духовно-нравственных ценностей у обучающихся. Программа должна включать:

- **Тематику тренинга:** Определите фокус тренинга, например, «Формирование духовно-нравственных ценностей через взаимодействие и сотрудничество».
- **Структуру (этапы проведения):** Опишите последовательность этапов тренинга (вводная часть, активные дискуссии, практические упражнения, обратная связь и заключение).
- **Методы и приемы работы:** Перечислите используемые методы и упражнения: интерактивные метапроекты, ролевые игры, групповая рефлексия.
- **Ожидаемые результаты участия:** Укажите, какие навыки и знания получают участники тренинга, как он способствует улучшению их духовной и нравственной осознанности, а также взаимодействию в группе.